

الجوادين
زهور
مجلة فصلية تعنى بشؤون المرأة والأسرة تصدر عن قسم الشؤون الفكرية والثقافية في العتبة الكاظمية المقدسة
العدد ١١٦ / السنة الثالثة عشر / ١٤٤١هـ ـ ٢٠٢٠م
١٣
عاماً
من التألق





مجلة فصلية تعنى بشؤون المرأة والأسرة / تصدر عن قسم الشؤون الفكرية والثقافية في العتبة الكاظمية المقدسة
العدد ١١٦ / السنة الثالثة عشر ١٤٤١هـ - ٢٠٢٠م / رقم الإيداع في دار الكتب والوثائق (١٥١٤) لسنة ٢٠١١م
زورونا www.aljawadain.or راسلونا flowers@aljawadain.org

في هذا العدد













الزهر الزاهر في الروض الطاهر

من الحقائق الثابتة التي ما لها من محيص هي أن الصحافة -الهادفة- إحدى أهم قنوات نشر المعرفة، ومن أبرز محركات الوعي، وهي بَعدُ وسيلة ثمينة في مجال تأصيل القيم وغرس المفاهيم السليمة في المجتمع، من هنا استشعرت نخبة من سدنة الثقافة في الروضة الكاظمية المقدسة هذه الأهمية الكبيرة والدور المتنامي للصحافة، وأدركوا محوريتها في مواجهة الأفكار الهجينة، فانطلقوا من تحت مآذن الجود يشيدون بعض المشاريع الثقافية العامرة، لتتولد مجلات متخصصة في شتى مجالات المعرفة. وكانت مجلة (زهور الجوادين) إحدى عطاءات تلك الجهود الميمونة في مجال التنمية الثقافية للأسرة المسلمة، هذه الخطوة كانت موفقة كل التوفيق، إذ استطاعت (زهور الجوادين) أن تكون من بين أمهات المجلات الجياد. وتعدت مسألة إثبات الوجود بل ارتقت إلى مستوى الصمود بوجه الرياح العاتية، شرقية كانت أم غربية، وسط واقع إعلامي نسوي يعتريه الصخب والقلق أحياناً ويختلط فيه الحابل بالنابل أحياناً أخرى.

من فجر إشراقها وجدت (زهور الجوادين) نفسها مسؤولة كل المسؤولية عن تمثيل شريحة النساء وتبنّي قضاياها الفكرية والثقافية والاجتماعية والمصيرية، ورفدها بكل ما ينير بصيرتها، ويعزز موقعها وثقتها بقدراتها. لذلك اهتمت أسرة المجلة أيّما اهتمام بمضمون تدويناتها وبالفنون الصحفية وبطريقة متكاملة من حيث الموضوع والأسلوب والطرح بحسب ما يقتضيه المقام من ايجاز أو استفاضة. فكل موضوع من مواضيع زهوركم، يحمل فكرة جديدة، تدل على التفاتة ذكية ووعي متقد وبصيرة ثاقبة.

إن هذا الابداع المميز يدل على جهد متعاضد أثمر لوحة فنية جمعت كل ألوان المعرفة، وبشكل متناسق، وكأنها فسيفساء، بل حديقة غناء.

لذلك كان من الضروري بمكان -ونحن نفتتح سنتنا الثالثة عشر- أن أتقدم بالشكر الجزيل والجميل إلى أخوتي وأخواتي من أرباب الصنعة الذين وقفوا على محجة الإحسان-منذ تأسيس زهوركم إلى اليوم وإلى أن يشاء الله تعالى- من كتّاب ناجحين، ومصممين ماهرين، ومدققين متقنين، ورسامين مبدعين، ومشرفين مرشدين، وجميع العاملين والقائمين والمساندين والمساهمين والداعمين والمتابعين، فما مضى من نجاح فهو لهم، وبهم الأمل لما سيأتي.

سكرتير التحرير

صوم القضاء



استفتاءات
سماحة المرجع الديني آية الله العظمى
السيد علي الحسيني السيستاني دام ظله الوارف

www.sistani.org

السؤال: ما حكم من أفطر بعد الزوال بالنسبة لقضاء شهر رمضان إذا كان القضاء عن غيره بأجرة أو تطوعاً؟ هل تجب عليه الكفارة؟

الجواب: يجوز الإفطار في قضاء أشهر رمضان عن الغير حتى بعد الزوال ولا كفارة في ذلك.

السؤال: ما حكم إفطار البنت المكلفة في أول سنينها مع العلم إنها جاهلة بأن تلزمها كفارة وهل تجب عليها القضاء والكفارة أو القضاء فقط؟

الجواب: الجهل بثبوت الكفارة لا يقتضي سقوطها، نعم إذا كانت واثقة من عدم وجوب الصوم عليها لصغر سنها فلا كفارة عليها بل تقضي فقط.

السؤال: ما حكم الصلاة والصيام الفائتة على المكلف سواء ذكر أو أنثى في سنوات البلوغ أي بعد البلوغ، وفي سنوات الجهل بالأحكام بان كان عليه القضاء، فكيف يقضي ما لم يعلم عدد ما فاته من صيام وصلاة وهل هناك كفارة وفدية للصيام؟

الجواب: يجوز له الاقتصار في القضاء على ما يتيقن فواته، وتثبت عليه كفارة الإفطار وكفارة التأخير في القضاء إلا اذا كان يعتقد آنذاك ـ اعتقاداً جازماً ـ بعدم وجوب الصيام عليه.

السؤال: هل بالإمكان أن أقضي الصوم الواجب والمستحب في الوقت نفسه؟

الجواب: لا يجوز ذلك بل لا بد من قضاء الصوم الواجب فقط.

السؤال: هل يجوز الصوم المستحب في بعض الأيام، إذا كان الشخص مطلوب قضاء لشهر رمضان لعدد من الأيام، وله متسع من الوقت ليقضي ما بذمته قبل حلول رمضان التالي؟

الجواب: لا يجوز ولكن اذا قصد القضاء وصامه في تلك الأيام لنيل ثوابها ناله أيضاً إن شاء الله تعالى.

السؤال: هل يجوز أن أنذر الصوم في السفر وعليّ يوم قضاء من شهر رمضان؟

الجواب: فيه إشكال إلا فيما كان المنذور صوماً غير معين أو معين يمكن إتيان القضاء قبله وقد أتي به فعلاً.

السؤال: لو أردت أن أصوم ثلاثة أيام عند النبي ﷺ لقضاء الحاجة وفي ذمتي قضاء من شهر رمضان، فهل يصح ذلك؟

الجواب: فيه إشكال.

السؤال: إذا كان على الإنسان قضاء شهر رمضان، فهل يجوز له أن يتطوع بقضاء الصيام عن والده أو والدته أو عن غيرهما؟

الجواب: لا يجوز إلّا إذا كان ما يريد قضائه من الصيام الفريضة كقضاء شهر رمضان.

السؤال: إذا اختار المكلف من الكفارات عن إفطار شهر رمضان عمداً إطعام ستين مسكيناً هل بعد الإطعام يجب صوم اليوم أيضاً؟

الجواب: نعم.

السؤال: ما هو الواجب الشرعي على الشخص الذي لم يصم لسنوات عدة، ثم انتبه إلى ذلك في حالة علمه بوجوب الصوم، وفي حالة جهله بوجوب الصوم؟

الجواب: إذا كان إفطاره عن جهل بالحكم غير مردد فيجب القضاء فقط، وأما من تعمّد الأكل والشرب وغيرها مع علمه بالمفطرية فتجب الكفارة أيضاً، وكذا إذا كان جاهلاً مقصّراً مردّداً على الأحوط.

السؤال: هل لي أن أصوم الصوم المستحب مثل أيام شهر رجب والنصف من شعبان أو يجب أن أقضي أولاً؟

الجواب: لا يجوز التبرع بالصوم لمن عليه قضاء شهر رمضان.

السؤال: شخص لم يصم بعض أيام شهر رمضان، بدون عذر، فكيف يعوض الأيام التي مضت؟

الجواب: إذا كان يعلم بوجوب الصوم عليه فيجب القضاء والكفارة، وكذا إذا كان جاهلاً مقصراً ولكن مردداً في ذلك على الأحوط، وإذا كان عالماً بالوجوب يجب عليه أداء فدية التأخير أيضاً عن السنة الأولى فقط.

السؤال: عندما كنت أدرس وخصوصاً أيام الامتحانات كان يوافق شهر رمضان فكنت أفطر عن عمد لدرايتي بعدم التمكن من الصيام، فما هو الحكم المترتب على ذلك؟

الجواب: إذا كنت جازماً بجواز الإفطار عليك فلا تجب الكفارة، ويجب عليك القضاء فقط.

السؤال: امرأة تهاونت في قضاء صيام شهر رمضان لـ ٣ سنوات، وتنوي الآن القضاء، فهل يكفي أن تنوي القضاء بشكل عام أم يجب أن تراعي الترتيب في القضاء؟ وما هي كفارة تأخيرها للقضاء؟

الجواب: لا يجب الترتيب وكفارة التأخير عن كل يوم إطعام مسكين واحد يدفع له ٧٥٠ غراما من طحين أو خبز أو أرز أو تمر أو نحوها ولا يكفي دفع المال، نعم يمكنك مراجعة من تثقين به من العلماء ودفع المال له.



روضُ الأمل

الشاعرة: حنين الدعسكي/ البحرين

زهـورُ الجواديـنِ رَوضُ الأمـلْ … وشمـسٌ تُضـيءُ لخِـيرِ العمـلْ
ودارُ الإمامَـينِ دارُ العلـومِ … رعاهـا ومنهـا البنـاءُ اكتَمَـلْ
لِعـالَمِ حَـوًّا وعـالمِ طفـلٍ … تُحاكـي وتنْطـقُ أبهـى الجُمَـلْ
وتُزهِـرُ فينـا بنافـعِ علـم … ومـا عن بـني المصطفى قـد وصلْ
لِتَبنِيَ جيـلاً بِحُلَّـةِ ديـنٍ … ولا يـتركُ الحـقَّ مهمـا حصـل
تحاكـي نفوسـا وتهـدي قلوبـا … إذا مـا علاهـا بدنيـا خطَـل
زهـورُ الجواديـنِ نبـعٌ أصيـلٌ … سـقت مهجـة اللـب أزكى عسـل
تفـوح الـرواح وعـيٌ وفكـر … وتنصـح لـو مـا الوبـاء نـزل
تحـذر تعطـي بليـغ المقـال … تجنـب أطفالنـا مـن علـل
سـلام علـى أرض هـذا العـراق … وموسـى وذاك الجـواد البطـل

زهور الجوادين
تتألق في عامها الثالث عشر

طال عمرها فزادت تألقاً، لأنها ليست مثل أي زهرة.. صاحبة للجلالة قيل عن ميدانها، لكن جلالها فاق جلال مثيلاتها.. فهي من جود الجوادين وجدت، ومن نور حكمتهما اقتبست، وبنهجهما انتهجت. إنها مجلة زهور الجوادين، ميدان سعى في رحاب المرأة وما حوى عالمها. بخطى واثقة ثابتة توقد شمعتها الثالثة عشر

وفي هذه المناسبة دار حديث أرباب التخصص وأساتذته حول جدارة الصحفية الراقية ورُقيّ قلمها، إذ حدثنا أستاذ الإعلام في جامعة بغداد د.حسين دبي الزويني قائلاً:



إن الانفتاح الإعلامي الذي شهده الإعلام في ظل ظاهرة التزاحم المعلوماتي والاندماج التقني، أتاح للمرأة العراقية فرصة المشاركة في العمل الإعلامي واحتلالها موقعاً مؤثراً في صناعة القرار الإعلامي، إذ ارتفع عدد النساء العاملات في مجال الإعلام بشكل لافت للنظر. وبالرغم من الظروف الأمنية والتحديات المجتمعية، أثبتت المرأة العاملة في قطاع الإعلام جدارتها في التقديم الإذاعي والتلفزيوني، والتحرير الصحفي، وسعيها لتقديم الأفضل وظهرت أسماء عدة من الصحفيات توزعن على تخصصات مختلفة. وبصراحة الإعلاميات العراقيات تركَّنَ بصمة واضحة على جدار الإعلام العراقي، بعد أن خاضت المرأة العراقية نضالاً مريراً للحصول على حقها الطبيعي في المساندة مع الرجل في مختلف الأصعدة والمجالات، وشاركت بفاعلية في الخدمة الاجتماعية، وشكلت جمعيات نسائية ضمت في صفوفها النساء بمختلف اتجاهاتهن، السياسية والقومية والدينية والاجتماعية،



وقامت بتحقيق الكثير من الإنجازات للمرأة العراقية، إلا أن المرأة العراقية تعاني اليوم. الكثير من انواع التمييز وانعدام الحماية القانونية والاجتماعية والحرمان من فرص العمل والاستغلال والعنف والخطف والقتل تحت ذرائع مختلفة، وتحرمها من كل فرص التقدم، وتسلب كرامتها وحقوقها المشروعة. وتبقى معايير منح الفرص في الساحة الإعلامية غير خاضعة لضوابط حقيقية ومهنية في استقطاب العنصر النسوي في المجال الإعلامي، مما يؤدي الى وجود كم هائل في الساحة الإعلامية على حساب النوع والكفاءة المهنية، وهذا ما شكل عائقاً أمام مستويات الجودة الإعلامية.

وهناك العديد من المشاكل والتحديات التي تواجه المرأة الإعلامية، منها غياب التشريعات الضامنة لحقوق المرأة بشكل عام، وغياب الالتزام بما أقرّ منها، إلى جانب غياب الضمانات القانونية والعقود الرسمية في المؤسسات الاعلامية مما أدى إلى ضياع حق كثير من الإعلاميات.

وعن البصمة الواضحة للإعلام النسوي الإسلامي ذات الطابع الرصين والجاد لما يحمل بين حنايا سطوره معاني الرقي لما يحققه للفرد والمجتمع من فائدة تمثلت بتحديد المسار الصحيح الذي من شأنه تحقيق السعادة في الدارين، حدثتنا رئيس تحرير مجلة رياض الزهراء الصادرة عن العتبة العباسية المقدسة الإعلامية ليلى إبراهيم الهر قائلة: في الوقت الذي أزجي إليكم التهنئة الصادقة بمناسبة إيقاد شمعة جديدة من عمر مجلتكم الزاهرة (زهور الجوادين)، أبارك لكم هذا الجهد الإعلامي والتربوي الإيماني الهادف، والموجه إلى أخواتنا وبناتنا من الزينبيات المؤمنات وجهودكم الحثيثة في تطوير العمل النسوي الإعلامي الملتزم ودعم المرأة الصحفية التي ترتدي الحجاب وهي تحمل الكاميرا وجهاز التسجيل وتلتقي بالشخصيات لتحصل على المعلومة وتنشرها بمهنية عالية، وتسجل بصمة لدى الجميع.

ظهور المرأة المسلمة في الوسط الإعلامي هو نصر للحجاب ومريديه، وقد نجحت وأثبتت للعالم أجمع أن المرأة المسلمة بإمكانها أن تمتهن الصحافة بحجابها والتزامها وأنه ليس عائقاً ولا يقلل من مهنيتها وإتقانها للعمل.

نرى المرأة المسلمة بكل المجالات ناجحة ومتألقة وتقدم مختلف البرامج على أصعدة مختلفة، وهو بفضل من يمنحها الثقة ويجعلها تخوض غمار العمل لتثقيف النساء؛ إذ إن ما يجنيه المجتمع من الثقافة الإيمانية الهادفة كثير ومهم، وما يوجه منها إلى المرأة أهم وأكثر نفعاً، لأننا لو بنينا رجلاً، لوضعنا لبنة صالحة في البناء الاجتماعي، ولو بنينا امرأة صالحة لأنشأنا أسرة صالحة، فالأم هي الأساس المتين الذي تستند إليه الأسرة بأكملها، وهي المهد الذي يترعرع فيه الجيل الناشئ الجديد.

ولقد كان سيد شباب أهل الجنة سيدنا الإمام الحسين (عليه السلام) شجاعاً لا يهاب الجموع لأنه نشأ في أحضان أم رائعة تعرف كيف تزرع قيم المبادئ والبطولة في نفوس أبنائها، وكذلك الأمر بالنسبة لأم البنين (عليها السلام)، التي ترعرع في أحضانها أبناؤها الذين وقفوا مع الإمام الحسين (عليه السلام) وبذلوا النفوس رخيصة للعقيدة الإسلامية.

وفق الله تعالى الإخوة الكرام والأخوات الكريمات الذين يعملون في مجلتكم الغراء وتقبل الله أعمالكم ونفعكم بها يوم لا ينفع مال ولا بنون الا من أتى الله بقلب سليم

وعن أهمية القلم النسوي في صحافتها المتخصصة كتبت لنا الإعلامية وسن سعيد قائلة:



المرأة لها دور مهم جداً في الإعلام لأنها العنصر الذي يكسر الخشونة التي يمتلكها الرجل. فالمرأة الجانب الحساس والمتذوق للأمور الجميلة في المجتمع وهي تستطيع معرفة الجوانب الخاصة بالمرأة لأنها من نفس جنسها، لذا يمكن لها أن تتعرف إلى مشاعرها ومشاكلها واحتياجاته بيسر وسهولة ويمكن لها أيضا أن تبدع في إيجاد الحلول المناسبة لمثيلاتها من النساء. وهي أيضاً في تماس دائم بفئة الأطفال، لذا فهي تحسن الولوج إلى هذا العالم الرقيق الشفاف الذي يزخر بمشاعر مختلفة واحتياجات وأمزجة متقلبة، لذا فهي بامكانها التأثير في هاتين الشريحتين المهمتين في المجتمع. وإذا سعت سعيها وبذلت جهدها فبإمكانها أن تحقق نجاحاً كبيراً لمهنتها ولمجتمعها، وهي أيضاً عنصر مهم في جذب انتباه الرجال إلى علمها وثقافتها، فهي بعملها وتفوقها تنبه إلى نقطة مهمة؛ تنبه الرجال الى طاقة المرأة وإمكانياتها وإلى أهميتها في المجتمع، وتكون قبسا لغيرها من النساء من أجل تحقيق النجاح في حياتهن والعمل الدائم للوصول إلى أعلى المراتب في الثقافة والعلم، وليكون مجتمعنا مجتمعاً راقياً عالماً مثقفاً واعياً لكل ما يحيط به.

وختاما أقول علينا أن نكون أقرب إلى الناس وأن نحس بأوجاعهم وأن نكون بلسماً لجراحهم وأن نكون المرشد لصغيرهم وكبيرهم. فكما قلنا الإعلام سلاح فعال له أكبر التأثير في حياة الناس إذا استخدمناه كما يجب حققنا نتائج كبيرة نرضي بها أنفسنا وربنا ومجتمعنا.

ونهاية المطاف كانت مع تهنئة الإعلامي صفاء الزبيدي إذ جاء فيها:

نبارك لمجلة زهور الجوادين ذكرى إطفاء شمعة من عمرها الإصلاحي وايقاد شمعة من عمر قادم يرسم في طيات مستقبله بناء المرأة الصالحة والأسرة الإسلامية الواعية.. طبتم دائمين وعمراً اعلامياً متجدداً.

وبدورها تتقدم أسرة زهور الجوادين لقرائها بالشكر الجزيل وتعدهم بتقديم كل ما هو أفضل في عالم الصحافة بما يتناسب ومكانة المرأة التي خصها بها المولى عز وجل.

بَرَكةُ الدار

رجاء محمد بيطار/لبنان

- من ليس في بيته كبير، فهو ينقصه التدبير!

- الكبار بركة الدار!

- قال رسول الله ﷺ: "برّ الوالدين أفضل من الصلاة والصدقة والصوم والحج والعمرة والجهاد في سبيل الله"[1].

كانت المحاورة الدائرة، أمثالًا وأحاديث متواترة، وكان المتحاورون متّفقين، سواي أنا، فقد أيقظتني همسات متخافتة راحت تصبّ في سمعي الغافي، وأنا ما بين نائمةٍ ومستيقظة، أحاول أن ألتقط ما تبعثر من إغفاءتي على أعتاب الفجر، الذي أقبل على غير عادته محمّلًا بذلك الحديث الغريب، الذي راحت والدتي تتجاذب أطرافه خفيةً مع أبي وعمتي مريم، ضيفتنا منذ البارحة.

1- المحجة البيضاء، الفيض الكاشاني، ج٣، ص٤٣٥.

ولم تلبث الأصوات الهامسة أن اختلطت بأذان الفجر، الذي راح يشقّ ظلمة الليل المريد وصمته البليد، لتغدو أكثر وضوحًا وجلاء، فتتوّجها نداءات والدي للجميع، أن أفيقوا فصلاة الصبح قد حان وقتها، ولا خير في من تفوته الصلاة...

حاولت أن أغطّي رأسي بالغطاء تارةً وبالوسادة طوراً، وأنا أمنّي نفسي بالنوم لحظاتٍ أستعيد فيها هدوئي الذهني الذي كدّره الاستيقاظ على ذلك النحو، وأقنع الدقائق المقبلة أن تتطاول قليلًا، عساها تتّسع لساعة نوم أخرى، ولكن عبثاً، فهي معركةٌ بتّ أعرفها، وأعلم أنها لن تنتهي إلا بإحدى اثنتين، إما يقظةٌ نشطةٌ تطرد الشيطان، وإما نومةٌ كسلى تضيّع فرصة كسب الرهان... وأي رهان، إنه رهان النفس على رضا الرحمن!...

لم تمضِ سوى لحظات، أو هكذا ظننت، حتى سمعت صوت أختي الصغرى زينب تتململ متذمّرة، وهي تقول:

- حتى فاطمة لم تستيقظ بعد، لماذا توقظينني قبلها؟!

شعرتُ أن السؤال موجّهٌ إليّ، أكثر مما هو موجّهٌ لوالدتي، فنفضت رماد الكسل والغفلة عن أجفاني، وجلست في فراشي وأنا أتشهّد كما تعوّدتُ مذ كنت صغيرة، وما إن استقمتُ على قدميّ حتى تتابع على لساني السلام لمولاي صاحب الزمان، ففتحت زينب عينيها نصف فتحةٍ وهي تغمغم:

- ترى، هل هو مستيقظٌ الآن؟!

- من؟!

سألتْ مدهوشة، فردّت وهي تزيح الغطاء عنها وتتثاءب:

- مولانا صاحب الزمان عجل الله تعالى فرجه...

تبسّمتُ لسؤالها وأنا أردّ بثقة:

- طبعًا، فهو يستيقظ قبل الفجر ليؤدّي نافلة الليل، ولا أدري إن كان ينام الليل أصلًا...

- ولماذا لا ينام؟!... أليس إنسانًا؟!

جلست بقربها ووضعت يدي حولها وأنا أتّخذ وضع الأخت الكبرى وقيافتها، وأجبت:

- بلى هو إنسان، ولكنه مختلفٌ عنّا في إمكانياته، هو إنسانٌ فضّله الله بصفاته، وأنا لم أقصد أنه





لا ينام مطلقًا، فتلك صفة الله الحي القيوم الذي لا تأخذه سنةٌ ولا نوم، أما مولانا الحجة ﷺ فهو يحيي الليل بالقيام والدعاء والصلاة، كما كان يفعل آباؤه العظام، وربما نام في وقتٍ آخر، لا سيما أن همومه كثيرة، وآلامه عظيمة، أعظم من كل آلام البشر، فهو لا يزال يراقب بلاءات ومصائب أمته، وأهوال العالم برمّته، منذ ألف سنة وأكثر، فمن يتحمّل كل هذه الأهوال غيره روحي فداه؟!...

استكانت زينب لحظةً مفكّرة، وأظنّها كانت مأخوذةً بوقع الفكرة، ولكنها لم تلبث أن قفزت قائلةً مستنكرة:

- إذًا فلنبادر للصلاة في أول الوقت، لكي لا نؤلم قلبه الحبيب أكثر، هيا يا فاطمة، هلمّي لنتوضّأ...

لم يكن قد مضى على استيقاظنا وأدائنا الصلاة وقتٌ طويل، حينما سمعت صوت والدتي تودّع العمة مريم، فهرعت نحوهما وأنا أتساءل:

- إلى أين يا عمتي؟! أنت لم تأتِ إلا البارحة، ونحن لم نرك إلا ساعاتٍ قليلة... أرجوك امكثي أكثر!

احتضنتني العمة وقبّلتني بحرارةٍ وهي تسوّي أطراف حجابها السابغ على وجهها الناصح، الذي كنت أحبّه كثيرًا، وأسعد حينما يؤكّد لي الجميع أنني أشبهها، وأجابتني بنبرةٍ أكثر حرارة:

- لن أتأخّر عليكم يا غاليتي، فإنني حين أزوركم في المرة المقبلة ستكون زيارتي لكم مضاعفة!

اتّسعت حدقتيّ وأنا أحاول أن أفهم ما أرادته، وما ارتسم على ملامحها المشرقة من معانٍ خفيّة، ولم يمهلني والدي كثيرًا لأختبر فراستي، بل سارع يوضح قائلًا والبسمة تضيء زوايا فمه:

- ستأتي جدتكم للعيش معنا منذ اليوم، فأحسنوا استقبالها!

لا أدري كيف كانت تبدو ملامحي وأنا أطلق صرخات الفرحة عقيب سماعي لتلك الكلمة، ولكني أظنها كانت تشبه ملامح زينب، التي راحت تجول في الغرفة وتقفز جذلانة، وهي تردّد وتنشد:

- جدتي تعيش معنا؟!... جدتي يا مُنيتي، يا أغلى أحبّتي، جدّتي يا جدّتي...

وفهمت معنى تلك الحكم والأحاديث التي استيقظت على وقعها قبيل الفجر، لقد كانوا يتّفقون معًا، أمي وأبي وعمتي، على الطريقة التي سيقنعون بها جدّتي لتغادر منزلها، وتأتي للعيش معنا، بدل العيش بمفردها منذ أكثر من عشرة أعوام، بعد وفاة جدي رحمه الله، فهي كانت متمسّكة ببيتها لا تفارقه، ولكن الوضع قد تغيّر الآن، لأن وضعها الصحي يستدعي العناية والمتابعة، وهي العجوز التي تجاوز السبعين، وإن كنت لم أرها يومًا عجوزاً، بل هي بقسماتها الملائكية ومنديلها الأبيض كقلبها النقيّ، لا تعرف الشيخوخة، لأن بسمتها تغمر حياتها، حتى في أحلك الأوقات وأشدّ الشدائد.

... يتبع



ترنيمة التوحيد

منتهى محسن

"أشهد أن لا اله إلا الله وحده لا شريك له، وأشهد أن محمداً عبده ورسوله"، لطالما وصلتني نفحات هذه الكلمات من خلال شرفتي المطلة على الجامع القريب، ولطالما سكنت نفسي المتأججة واطمأنت روحي الحائرة وأنا أصغي لترنيمة الأذان التي تنساب على النفس كرقراق ماء صافٍ في يوم شديد الحرارة، ولطالما كبرت الرغبة في داخلي للتحدي ورفض ما وصلني من قومي جملة واحدة.

ذات يوم خبأت مصحفاً صغيراً أهدته إليّ إحدى صديقات المدرسة. وعندما نامت العيون أخذته في أحضاني وتصفحت كلماته. وعلى الرغم من عدم فهمي الكامل للغة العربية، إلا أن ما وصلني من وهج كلماته الغنّاء ألهمني إحساساً وشعوراً بالطمأنينة والراحة؛ ناهيك عن ازدياد نبذي لتقاليد قومي السحيقة وأعرافهم البالية.

كانت شرفتي تطل على جبال قريتي المعشوشبة بالاخضرار، وأصوات المراعي تعزف كل صباح سمفونية الوجود بأصوات الحيوانات المختلفة. أما الزهور النضرة فهي تشعرني بذروة الانتعاش عبر نسائمها العبقة التي تتوارد نحوي مع هبات الهواء العليلة.

وقد أخبرتني والدتي قبل أن تسافر خارج الوطن لحوقاً بأخي المريض منذ سنوات، بأنها شاهدت رؤيا مدهشة وأنا في بطنها، حيث قدمت نحوها "السيدة" وأخبرتها بأن هذه المولودة لها، وعلامات الاستفهام توالت في تفسير تلك الرؤيا ولكن دون جدوى.

ما زالت أدق التفاصيل تجتاحني ولا تغرب عن بالي طرفة عين بحلوها ومرها، فكما لروعة إطلالة الحياة من قمم الجبال الباسقة جمالها البارع، فإن لوحشة المكان الذي كنّا نرتاده عند المناسبات المسمى (لالش) بطقوسه الموهومة البائسة، وفداحة الاختلاط الفاحش بين الجنسين، خلف أثراً سيئاً في نفسي لدى تذكري إياه. أما "طاووس ملك" كما يدعوه أبناء قومي، ذلك الطائر الفخور بريشه الجميل، وألوانه الزاهية وخيلائه الظاهرة، فقد كان يبعث في نفسي الكثير من الحنق، لما لمسته من تقديسهم إياه وترك الأولى بالتقديس.

وبحمد الله فإن شعار التوحيد انتشلني من لغط الأفكار الكاذبة والطروحات الفاسدة إلى عالم الهدى والرحمة والموعظة الخالصة، نقلني نقلة عظيمة من لظى جهنم الحارقة إلى روح وريحان وجنة خالدة.

–أمي هل حجابي مرتب ومنضبط بحيث لا تظهر خصلات شعري؟

– نعم بنيتي، بدأت تحسنين صنعاً.

– سأصلي اليوم وحدي، تابعيني إن أخطأت أمي الغالية.

–حسنا... تعالي لأختبرك قليلاً في قصار السور؟

–حقاً يا أمي!، أنت أطيب أمّ في العالم، وأرقّ وأجمل ما في الوجود، أنت أقرب وأحن لدي من أمي التي ولدتني، بل أنت أمي الحقيقية.

لم أكن أحلم على الإطلاق أن ألتقي بإنسانة راقية كأمي (أم حسن)، فلقد منحتني حبها ودفئها واهتمامها، كما إنها لم تبخل عليّ إطلاقاً، وكنت إذا رغبت بحاجة من أغراضها وهبتني إياها قبل أن أطلبها منها، وقد تحملت نفقات كثيرة لأجل سعادتي مع بعض المؤمنين الطيبين، ورافقتني في المشفى لدى ولادتي الأولى بابني البكر(حسين) وبقيت في بيتها عشرة أيام، تتابع حالتي وتسهر على راحتي، تزرقني الإبر، وتطعمني بيديها، وتهتم بصغيري، حتى تعافيت من عمليتي القيصرية، وكذا فعلت مع ولادتي الثانية بطفلي "علي" ثم بطفلتي الأخيرة "سدرة".

أحياناً أسأل نفسي عن سرّ هذه النعمة الكبيرة التي وهبني إياها الواحد الأحد، حتى أتيقن في الأخير أن الله أرحم الراحمين، يرحم عبده الضعيف أنى كان، وكيفما كان، لا يتركه لوحشة الأيام أبداً فذلك محال.

وبين غمرة استرجاعاتي، تطوف في مخيلتي ساعة مغادرتي القرية ورعدتي واصطكاك أسناني حينما دنت لحظة الانسلاخ من دين الشرك والضلالة والهروب نحو واحة الدين الحق.

– ما اسمك؟

– نشتمان

– نشتمان تعني الوطن، فما سبب مغادرتك الوطن ليلاً؟

– أنا ذاهبة إلى المطار لاستقبال والدتي.

– ومن هذا الشاب الذي برفقتك؟

– إنه ابن خالتي يرافقني خوفاً علي.

– وأين هويتك؟

– تمزقت في غسالة الملابس ولم تسنح الفرصة لاستبدالها.

رمقني ضابط الحرس بعينيه شزراً، واستدار نحو صاحبه يتمتم معه بضع كلمات لثوان، كانت تلك الثواني تمثل أعواماً بل قروناً بالنسبة لي. وقد خفق قلبي خفقات كاد أن يتوقف على أثرها، فإن لم يقتنعوا سيرجعوني لأهلي بعدما يحضرون لتسلمي من نقطة السيطرة الحدودية، وهنا ستحل الطامة الكبرى بانكشاف أمري، ونهايتي السوداء الدامية.

–عاد الضابط مترنحاً وهو يقول:

– قلت اسمك نشتمان؟

– نعم.

– سنسمح لكما بالعبور، ولولا الرجل الكبير الذي برفقتكما والذي يدعي أنه خالكما، لما قبلنا مغادرتكما معاً دون إثباتات رسمية.

تنفست الصعداء وعاد الدم يسري في عروقي بعدما توقف لثوان كل شيء. بادلناهم ابتسامات مصطنعة وغادرنا البقاع بسرعة فائقة. دلفنا أضيق الطرق وأوعرها، وتخفينا تحت جنح الظلام حتى وصلنا إلى نقطة الأمان بشقّ الأنفس، وقد تسرب خوفنا القاتل آنذاك حالما لاحت أطلال المدينة المبتغاة.

دخلنا المدينة فجراً وما زالت تباشير الشمس تنسج خطوطها الأولى في لوحة السماء الربانية الخلاقة. ولما انبثق الصوت الملكوتي يرمم أحوال نفسي المضطربة، ويداعب وجداني ويدغدغ أحلامي الآمنة على شاطئ الخلاص المرجو، جلست أرضاً ساجدة وحامدة رب العزة والملكوت، الواحد الصمد الأحد على جميل صنعه وستره علي، ترنيمة التوحيد التي بعثت السحر في قلبي ستفعل فعلتها السحرية في كل المآذن والمنابر في مشارق الأرض ومغاربها، ترنيمة باقية ما بقيت السموات والأرضين.

ها هي الذكريات وهي تتهاوى على روحي في ملفاتها المبهجة واحدة تلو الأخرى، أجمل ملفات الذاكرة الجميلة في صباحاتي المشرقة في دنيا الإسلام. كانت حين وقوفي أمام "السيد حسن" كي نردد أنا وزوجي شهادة الإسلام الخالدة، حيث انسابت دموعنا خشوعاً بشكل غير معهود، وقد ازدان المكان بجميع أفراد الحي احتفاء بزواجنا على المذهب الجعفري، وتعالت هلاهل النسوة المزغردات بالصلوات، وبانت الفرحة في وجوه الصغار والكبار، وقد رافقونا بأهازيجهم الحنونة وزفونا لأحد فنادق المدينة المباركة.

وفي ليلة زفافي، وبينما سرقتني غفوة قصيرة، تراءت لي في أروقة الحلم صديقة الطفولة "دعاء" بشعرها الذهبي وعيناها الزرقاوين، ولم تكن بهذا الحسن والجمال عندما انهالت أحجار أبناء قومنا رجماً عليها لاعتناقها دين الإسلام، تعالت صرخاتي المتكررة باسم "دعاء" قبل أن يوقظني زوجي، مهدهداً خوفي وفرط أحزاني.

وفي لحظات روحانية في أروقة الطهر والقداسة للإمامين الكاظمين عليهما السلام برفقة أمي الحنون "أم حسن"، بكيت مرة أخرى وانتابني الخشوع نفسه أنا زوجي، وقد نالت منا مشاعر الرهبة، وتلك الطاقة الروحانية التي اجتاحت قلوبنا لتنفض عنها ما تبقى من أدران، وتطهر ضخ شرايين دمائنا من أدناس حياتنا المشركة الماضية.

لكن بكاءنا اشتّد أضعافاً مضاعفة ونحن في رحاب مولانا سيد الشهداء، وبمجرد أن وصلنا إلى شباكه الذهبي المعظم، حتى انهارت نفوسنا قبل الدموع، وبعدما أكملنا حجيجنا في ربوع أروقة الإباء، همست لأمي أحدثها:

– الحمد لله الذي شرح صدري للإيمان ووفقني لعبادته وحده لا شريك له، والحمد لله الذي شرفني بزيارة مولاي وإمامي الحسين عليه السلام ونيل بركاته.

– لا حول ولا قوة إلا بالله العلي العظيم، حدثيني بنيتي.. كيف كان قومك يشركون بالله؟ أما كان لهم رجال ينصحونهم؟

– ماما.. كان كبار قومي يعلمون الصغار حب إبليس اللعين عدو الله، ولا يسمحون لأحد ذكره بسوء، ويعتبرونه مقدساً لديهم، وبهذا هم يشركونه بالعبادة مع الله تعالى.

– كم أنت موفقة إذن ليختار الله لك الخروج من تلك الحياة المدلهمة زيفاً وكفراً.

– بل قولي لي أيضاً كم أنا موفقة لأن الله وهبني أمّاً مثالية مثلكِ، رحمة لي وعوناً في دنياي الجديدة هذه.

– الحمد لله على نعمه صغيرها وكبيرها بنيّتي، واعلمي أن الشرك بالله من أعظم الكبائر عند الله، وكل شيء يغفره الله إلا الشرك به عز وجل. احضرني الآن واحداً من الحقوق التي ذكرها إمامنا السجاد عليه السلام، اصغي لما يقول عليه السلام في حق الله الأكبر: فأَمَّا حَقُّ اللهِ الأَكْبَرُ فَإِنَّكَ تَعْبُدُهُ لا تُشْرِكُ بِهِ شَيْئاً، فَإذَا فَعَلْتَ ذَلِكَ بإخلاص جَعَلَ لَكَ عَلَى نَفْسِهِ أَنْ يَكفِيَكَ أَمْرَ الدُّنْيَا وَالآخِرَةِ وَيَحْفَظَ لَكَ مَا تُحِبُّ مِنْهُمَا".

– الله... كم جميلة ورائعة هذه الكلمات.

– سأهديك نسخة من زبور آل محمد؛ كتاب الصحيفة السجادية وفيها رسالة الحقوق لتطلعي على الحقوق الخمسين للإمام عليه السلام.

– شكراً أمي.. يا هبة الله العظيمة لي في دنيا الإسلام.

وبهذا فُكّت أخيراً طلاسم رؤيا والدتي المبهمة عندما كانت حاملاً بي؛ بعدما أصبحت هويتي تقرأ اسمي: فاطمة المسلمة.



السيدة الزهراء عليها السلام
عنوان جهاد وفداء ومنهاج حقّ وإباء

تزامناً مع الذكرى العطرة لولادة مكنونة الكمالات وخزين الفضائل والمكارم والحسنات، السيدة فاطمة الزهراء عليها السلام، ولأجل أن نستقي من نمير سيرتها الوضاءة وأثرها الفكري والعلمي والمعرفي، عقدت الأمانة العامة للعتبة الكاظمية المقدسة/ قسم الشؤون الفكرية والثقافية ندوتها الفكرية النسوية يوم السبت ٢٠ جمادى الآخرة ١٤٤١هـ الموافق ١٥ شباط ٢٠٢٠ في قاعة الحمزة بن عبد المطلب تحت شعار: (السيدة الزهراء عليها السلام عنوان جهاد وفداء، ومنهاج حقّ وإباء) بحضور نائب الأمين العام للعتبة الكاظمية المقدسة المهندس سعد محمد حسن، وعضو مجلس الإدارة المهندس جلال علي محمد، ووفود نسوية من العتبات المقدسة والمزارات الشريفة، وعدد من الشخصيات النسوية من مراكز اجتماعية مختلفة.

استهلت الندوة بتلاوة معطرة من الذكر الحكيم شنّف بها أسماع الحاضرين القارئ فراس سعيد، وقراءة سورة الفاتحة المباركة ترحماً على أرواح شهداء العراق، تلاها عرض مشهد تلفزيوني لمناسبة الولادة الميمونة للسيدة الزهراء بعنوان (لوحة الطاهرين).

بعدها تحدث رئيس الجلسة فضيلة الشيخ عَدي الكاظمي عن الاهتمام الكبير الذي توليه الأمانة العامة العتبة الكاظمية المقدسة في عقدها للمؤتمرات والندوات العلمية والثقافية لنشر الإرث الحضاري والفكري للإئمة الأطهار عليهم السلام ثم بدأت الجلسة البحثية حيث ألقت الباحثة كفاح الحداد بحثاً بعنوان: (قراءات في السيرة الفاطمية) استعرضت فيه مقام السيدة الزهراء عليها السلام ومكانتها وجوانب من مدرستها المتكاملة في المعارف والعلوم والأدب والدين والسلوك السليم والخُلق الكريم، فضلاً عن أدوارها عليها السلام التربوية، كما تناولت الباحثة موضوع أهمية ارتباط أجيالنا المعاصرة بالقدوة المعصومة، وأشارت في جانب آخر إلى الدور



القيادي للسيدة الزهراء عليها السلام والعوامل المؤثرة في الانتشار الإيجابي للقيم السامية في ظلّ تدهور القيم الاجتماعية. وشهدت الندوة مشاركة أخرى للباحثة الأستاذ مساعد دكتور آمال آل حيدر حيث قدمت ورقة بحثية بعنوان: (طاعة المرجعية أحد مصاديق الدفاع عن الشرعية)، بيّنت خلالها تاريخ المرجعية الدينية، ومفهوم هذا المصطلح من الناحية العلمية والشرعية والعقائدية، وتطرقت إلى مرجعية السيدة الزهراء عليها السلام المتمثلة باقتدائها بالأسوة الحسنة الرسول الأكرم محمد صلى الله عليه وآله في حياته، وبعد مماته انتقلت فيها إلى مرجعية أمير المؤمنين الإمام علي بن أبي طالب عليه السلام والطاعة التامة لها.

كما أوضحت الباحثة "الطاعة المُبصرة" وأوجه التقارب بين طاعة السيدة الزهراء لأمير المؤمنين عليه السلام، وطاعة المؤمنين والمجاهدين لمرجعيتهم الرشيدة وتلبيتهم لفتوى الدفاع الكفائي، بالردّ على الأعداء، وإحباط مخططاتهم.

كما تخللت الندوة تقريراً توثيقياً مصوراً عن شهداء فتوى الدفاع الكفائي، وشهدت مداخلات وأسئلة من قبل السيدات الحاضرات اللواتي أسهمن في إغناء أجواء النقاش من حيث الطرح والحوار .

وفي الختام جرى تكريم عدد من عوائل ذوي الشهداء الذين قدموا الغالي والنفيس وضحوا بأرواحهم للذّود عن تراب هذا الوطن الغالي ومقدساته وتوزيع الشهادات التقديرية والهدايا على الباحثات المشاركات.









دورة العلاقات العامة لاستقبال الوفود الخاصة بخادمات العتبة الكاظمية المقدسة

ضمن اهتمام الأمانة العامة للعتبة الكاظمية المقدسة في إدخال مفاهيم وبرامج جديدة في التنمية البشرية بما يتلاءم مع التطورات الحاصلة في المجالات كافة، والسعي إلى تأهيل قدرات الملاكات النسوية الخدمية والإدارية في العتبة الكاظمية المقدسة بالشكل الذي يدفع عجلة العمل إلى مراحل متقدّمة لأجل الرقي بالمستوى الثقافي والمهني بما يؤثر في أداء القيادة، أقيمت في رحاب الصحن الكاظمي الشريف دورة العلاقات العامة الخاصة بملاكات شعبة الشؤون النسوية، بالتعاون والتنسيق بين قسم الشؤون الفكرية والثقافية، وقسم العلاقات العامة في العتبة المقدسة. وشهدت الدورة محاضرات عدّة وبعناوين مختلفة أهمها: (معاني الخدمة عند مراقد أهل البيت عليهم السلام، والاستحقاقات المكانية لأهل البيت عليهم السلام وايصالها للزائرين، والبعد التاريخي لمراقد الإمامين عليهما السلام، والتعريف بمراحل تطور العتبة الكاظمية المقدسة ومشاريعها، والتعريف بنشاطات العتبة المقدسة الدينية والثقافية والتواصل الاجتماعي، فضلاً عن مسائل فقهية خاصة بالزائرات).

وتسعى الأمانة العامة للعتبة الكاظمية المقدسة من خلال هذه الدورات إلى تطوير القدرات والمهارات الذاتية للملاكات النسوية والارتقاء بمستويات الأداء لأجل تقديم أفضل الخدمات للزائرات الكريمات.

الأمانة العامة للعتبة الكاظمية المقدسة

تستحدث ورشة الخياطة النسوية لزيادة إنتاج البدلات الصحية الوقائية والكمامات



الحرص على حياة الإنسان والحفاظ على صحته وسلامته من أهم المبادئ التي أكدّ عليها الإسلام وعمل على تبنيها، فمنذ أن اجتاح الوباء بلادنا العزيزة وانتشر بين أبنائنا حتى صدح صوت مرجعيتنا الرشيدة متمثلة بسماحة آية الله العظمى السيد علي الحسيني السيستاني "دام ظله الوارف" بمواجهة هذا الخطر ووحّدت موقفها جنباً إلى جنب مع الملاكات الصحية بالتحصين واتباع الإرشادات الوقائية ضد هذا الفيروس القاتل للسيطرة عليه والحدّ من انتشاره وتجنب الإصابة به.

وجّه الأمين العام للعتبة الكاظمية المقدسة الأستاذ الدكتور حيدر حسن الشمّري، وحدة الخياطة والتطريز مع جهودهم وواجباتهم الموكلة إليهم بإنشاء ورشة الخياطة النسوية بالتعاون والتنسيق مع شعبة الشؤون النسوية في العتبة المقدسة واستحداث خطوط جديدة لإنتاج بدلات الوقاية الصحية بجودة عالية وبكميات أكبر فضلاً عن إنتاج الكمامات، ووفقاً للمواصفات الصحية المعتمدة، وذلك بعد ما وجدت الملاكات الطبية والصحية والتمريضية التي تتعامل مع المرضى والمصابين بفيروس كورونا المستجد هم بأمس الحاجة لتلك البدلات الوقائية في الآونة الأخيرة ونفاد كمياتها في الأسواق المحلية ومخازن المستشفيات، فضلاً عن دعم المؤسسة الصحية وإسهامها في توفير جزءاً من احتياجاتها لتلك البدلات.

وجاءت هذه المبادرة الإنسانية لتعزيز خطوة نجاح تجربة إنتاج الكمامات الطبية وتوفير كميات كبيرة منها لتغطية الحاجة الفعلية لخدّام الإمامين الجوادين "عليهما السلام"، ومنتسبي الدفاع المدني والقوات الأمنية وأيضاً تزويد المؤسسات الصحية في مدينة الكاظمية المقدسة.

وتجدر الإشارة إلى أن الأمين العام للعتبة الكاظمية المقدسة الأستاذ الدكتور حيدر حسن الشمّري يتابع وبشكل مباشر مع وزارة الصحة والبيئة العراقية، ومنظمة الصحة العالمية(WHO)، وخلية الأزمة الحكومية، وجهود فرق السلامة العامة في العتبة المقدسة تحديث الإجراءات الصحية والوقائية، لتجاوز هذه الأزمة ودرء مخاطر هذا الفيروس الوبائي الهالك والحدّ من تفشيه.

قلق الزوجة

وطوق النجاة في الزمن الصعب

عامر عزيز الأنباري

سؤال طالما يراود ذهن المرأة المتزوجة، ويثير قلقها وهو كيفية تمكنها من كسب ودّ زوجها وامتلاك قلبه. فهنالك هشاشة غريبة تهيمن على طبيعة العلاقة الزوجية في زماننا هذا. ومما لا شك فيه أنّ الحفاظ على سلامتها يقع على عاتق الزوجين معاً في آنٍ واحدٍ، غير أننا في هذه السطور نضع زمام المبادرة بيد المرأة المتزوجة، ونُسلّم افتراضاً بمظلومية الزوج بتسليط الضوء على ما يبدو من مظاهر وطباع غير سليمة لدى بعض الزوجات، فنلقي الكرة في ملعب الزوجة لتصحيح مساراتها وإعادة ترتيب أوراقها سعياً منها لبناء حياة زوجية هانئة بعيدة عن القلق والمشاكل والأزمات.

إنَّ النظر إلى العلاقة الزوجية بأقل من كونها ارتباطاً روحياً وجسدياً يباركه الله تبارك وتعالى هو مما يضعف من شأنها، ويتدنى بها فتصبح عرضة للانكسار والتهشم. وسمو النظرة إلى هذا الرباط المقدس، يضع أقدام الزوجة الصالحة في أول الطريق لإيجاد أفضل الحلول لمشاكلها مع زوجها.

إنَّ مما يفوت بعض المتزوجات من النساء أنَّ الرجل بعد الزواج تصبح لديه معايير ووضع نفسي مختلف عمّا كان عليه قبل الزواج، مما يفترض عليها مراعاته وفهمه كي تكون على وعيٍ تامٍ بكل ما ينبغي عليها تحاشيه مما يثير سخط زوجها ويتسبب بتأزم العلاقة فيما بينها وبينه، مما هو شائع الحصول في عالم اليوم ومن ذلك:

معايير الجمال واختلافها بعد الزواج

إنّ كثيراً من مظاهر جمال النساء في زماننا هذا أصبح مزيفاً بفعل التجميل ومستحضرات المكياج والزينة وعمليات تغيير الشكل والهيئة. وأهمية الجمال الطبيعي بدأت تتضاءل وتنحسر عما كانت عليه سابقاً، فمن الممكن ببساطة أن تُصبح المرأة التي هي أقلّ جمالاً وحسناً من غيرها أفضل بكثير مما هي عليه بمجرد عنايتها بنفسها ونظافتها وحسن مظهرها واستفادتها – ضمن ما يُقرّه الشرع- من مظاهر الزينة ومستحضراتها كي تتجمل وتكون بأبهى صورة لحليلها وراعي بيتها، وهو ما يُبيحه لها الدين، بل ويأمرها به. هذا من ناحية ومن ناحيةٍ أخرى، وهي الأهم بالطبع أنّ اعتبار الجمال والغريزة هو أقصى ما يفكر به الزوج والمصيدة التي يقع في شراكها, لهو اعتبارٌ خاطىءٌ لا محالة، فهو لا يشغل الحيز الأكبر من تفكير الرجل، وقد تكون هذه الطريقة من التفكير واقعية في طبيعة تفكير الرجل وخصوصاً لدى الشباب قبل الزواج. غير أنّ الزواج والحياة الزوجية تزيح هذه الضبابية عن الواقع الحقيقي لمكنون هذه العلاقة السامية وحيثياتها ولوازم استمرارها، فالمعايير تصبح مختلفة لديه، وبريق الجمال الأخاذ في نظره يصبح مختلفاً عما كان يستهويه، فهو يبدأ بالبحث عن جمالٍ آخر هو أحوج ما يكون إليه بعد الزواج وهو جمال الروح. وهذا مما لا يتضح في المرأة إلا من خلال شفافيتها وحسن خُلقها ورقة عواطفها ونعومة تعاملها مع زوجها، فهذا المعيار من التقييم لدى الزوج يصبح شيئاً فشيئاً ذا أهمية أكبر بكثير من الجمال الذي كان يتغلب على مشاعره وميوله قبل الزواج.

المرأة المشاكسة تثير حنق الزوج

إنّ الثرثرة وبذاءة اللسان وكثرة جدل الزوجة مع زوجها فيما يجدي أو ربما في توافه الأمور هو من الطباع السيئة التي تعكّر مزاج الحياة الزوجية، وتثير في الرجل كوامن الغضب والاشمئزاز – وكما قلنا – فقد تكون أسبابه تافهة، فهي مجرد ثرثرة وكلام فارغ لا موجب له، والإصرار عليها هو مما يُقرف ويُعمّق هوة الخلاف بينهما.

محاولات التسيّد والهيمنة على الزوج

هي كذلك من الصفات الذميمة التي يشمئز منها معظم الرجال فهي تصطدم بكرامة الرجل وطبيعته التكوينية، وخصوصاً في مجتمعاتنا الشرقية التي تعتدّ بقوامة الرجل وتعدّها جزءاً من شخصيته. فالقوامة والريادة في إدارة الأسرة هما مما يهمّ الزوج وشعوره بمحاولات الزوجة سحب البساط من تحته وانتزاع حقّه هذا الذي يقره الشرع والعرف، يسبب له حرجاً كبيراً، ويجعل الكراهية بديلاً عن أجواء المحبة التي ينبغي أن تكون هي السائدة فيما بينهما.

التعرض لعواطف الزوج مع والديه وذويه

وهذا السلوك السلبي للزوجة تجاه أبوي زوجها أو ذويه تجعله يعيش حالة من المرارة وشعور بالذنب، فهو لا يسمح لعواطفه أن تتزحزح أو تتلاشى خصوصاً لمحبته وبرّه بأمه وأبيه، وهو حق مشروع، بل واجب ديني وأخلاقي بالنسبة له وعاطفة إنسانية لا تقلّ أهمية، بل أكثر وجوباً عليه من أيّ شيءٍ آخر. فعقوق الوالدين من الكبائر التي ينهى عنها الدين، وإصرار الزوجة على ذلك مما يتسبب في بغض الزوج ونفوره منها.

التذمر وعدم القناعة بالرزق والحال

تذمّر الزوجة باستمرار وعدم اقتناعها بما هي عليه من حال من المساوئ التي تضطرب بها العلاقة، وترمي بالزوج إلى حالة من القلق والحزن والحيرة الدائمة فيما ينبغي عليه أن يصنعه إرضاءً لها، وقد تحول سوء الحال وقلّة الحيلة في تلبية مطالبها إلى شعوره بالعجز والمرارة، وربما قد لا يهدّئ جماح الزوجة كلّ ما يصنعه إرضاءً لمطالبها، خصوصاً إذا ما كانت قد اعتادت على هذا الطبع السيئ من التذمر والتشكي، فلا تكون ثمّة حدود لإشباع نهم مطالبها المنفلتة، فتتحول المودة إلى كرهٍ ومقتٍ، يُصبح فيه اجتماعهما تحت سقف واحد أمراً محالاً.

الاعتياد على الإسراف والتبذير

هما ناقوسا خطر يهدد مستقبل الأسرة واستقرارها المعيشي، خصوصاً إذا ما كان الزوج يكابد صعوبة في كسب الرزق، وحتى في كون وضعه طبيعياً ومستقراً فالمبالغة بالإسراف والتبذير مذمومان ومنهيٌّ عنهما في الدين، فقد يضيّعا على الزوج كثيراً من الفرص لتنمية موارده وتغيير وضعه نحو الأفضل.

مبالغة الزوجة في الغيرة على زوجها

مبالغة المرأة في غيرتها على زوجها تزعزع الثقة فيما بينهما، وازدياد المشاكل والمشاحنات بسببها مما يتعب الزوج ويكدّر عليه صفو عيشه، وقد تصل الغيرة ببعض الزوجات أحياناً حدّ الهوس والجنون وسوء الظن، وتعاليم الإسلام تنهى المرأة المسلمة عن ذلك.

الإفراط باستخدام الأجهزة النقالة وشبكات النت

من المؤكد أن التطور العلمي والتقني هو مما ينبغي الانتفاع منه في الأغراض المختلفة وهو من سمات التحضر، إلا أنّ منافعه التي اقتحمت علينا بيوتنا وحياتنا لا تخلو من المخاطر الجمة، فهو سلاح ذو حدين ينبغي حسن استخدامه. فلقد تسبب الاستخدام المفرط والخاطئ لها بالضرر البالغ للعلاقات الزوجية. وليس ذلك بخافٍ عن الجميع، فالمحاكم الشرعية تغصّ بدعاوى المشاكل الزوجية الناجمة عن ذلك، والتعاطي مع هذه التقنيات يلزمه التقنين والحذر والالتزام بالقيود الشرعية ومراعاة الزوجة في عدم إهمال بيتها وزوجها واحتياجاته المختلفة.

واخيرا.. ينبغي القول

إنَّ الإسلام قد حدد للمرأة المسلمة طريق السلامة، فتمسكها بما جاء في كتاب الله وفي أحاديث أئمة أهل البيت (عليهم السلام) بابتعادها عن كل ما يُعكّر صفو حياتهما مما ذكرناه من طباعٍ سيئةٍ، هو طوق نجاتها في الزمن الصعب، كي تحظى بحياة هانئة مستقرة مع رفيق دربها في الحياة. فجمال اللسان هو أفضل من كل جمالٍ لها. فمن المعروف أنّ (عثرات اللسان لا تستقال)[1]، وكمال العقل هو ما يُكمل لها بهاءها ويزيد قدرها ومنزلتها، فقد ورد عن مولانا محمد الجواد (عليه السلام): (الجمال في اللسان والكمال كمال العقل)[2].

كما إنَّ الإسلام يريد للمرأة أن تكون طيّعةً لزوجها، مترفعة عن كل ما يسيء إلى عاطفته وكرامته، فلا يرضى لها أن تُسمعه ما لا يحب. فمما ورد عن أبي عبد الله الصادق (عليه السلام): "أيّما امرأة قالت لزوجها ما رأيت قطّ في وجهك خيراً فقد حبط عملها"[3]، ولكي تحفظ المودة بينها وبين بعلها، كونها أساس الارتباط الزوجي بدليل قوله تعالى: (وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِّتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً)[4]، فهنالك ثلاث قواعد أساسية لتحقيق ذلك، يؤكدها مولانا الإمام الجواد (عليه السلام) بقوله: (ثلاث خصال تُجتلب بهن المحبة، الإنصاف في المعاشرة، والمواساة في الشدة، والانطواع والرجوع إلى قلب سليم)[5]. ويذكرنا مولانا الجواد (عليه السلام) دوماً أنّ الغنى والثراء ليسا بأفضل ما يمكن أن نمتلكه في حياتنا الدنيا هذه، وخصوصاً العافية، فهي أهم من أي شيءٍ آخر حيث يقول (عليه السلام) (العافية أحسن العطاء).

إنَّ على الزوجة المؤمنة المخلصة لزوجها أن لا تنسى أنَّ أفضل ما يُجمِّلُها في نظر زوجها هو رضاها بما قسم الله لها، وأنّ الشكر لنعماء الله سبحانه يُضاعف الخيرات ويبارك لها ولزوجها في الرزق، فقد ورد على لسان مولانا الجواد (عليه السلام) قوله: (ما شكر الله أحد على نعمة أنعمها عليه إلا استوجب بذلك المزيد قبل أن يظهر على لسانه)[6].

١- أدب المجالس، ابن عبد البر، ص٩٢.

٢- موسوعة الإمام الجواد (عليه السلام)، السيد الحسيني القزويني، ج٢، ص٣٤٢.

٣- من لا يحضره الفقيه، الشيخ الصدوق، ج٣، ص٤٤٠.

٤- سورة الروم، الآية ٢١.

٥- موسوعة الإمام الجواد (عليه السلام)، السيد الحسيني القزويني، ج٢، ص٣٦٢.

٦- المصدر السابق، ج٢، ص٣٣٩.

جولة لتخطي الصعاب

زينب حسين

عزيزتي حواء صفحات حياتكِ مليئة بمواقف كثيرة وعقبات مختلفة. ولكي تكوني قادرة على طيها وإنهائها لا بد لكِ من تجاوزها بسلام لتفادي تفاقمها وتأثيرها السلبي في نفسيتكِ؛ واستعانتكِ بالموروث الثرّ هو الطريق الأسلم والأصلح.

الاستفادة من الأخطاء

إن تعثركِ ووقوعكِ في الأخطاء من الأمور المسلَّمة والبديهية التي تحاكي طبيعة الإنسان الفطرية، ولكن ليس من المعقول أن تكرري الخطأ نفسه في كل مرة، وإن اختلفت الظروف، فعن إمامنا الصادق: (لا يلسع العاقل من جحر مرتين)[١]، لأنكِ إن لم تتعلمي من الأخطاء ستعانين من الآلام والأسى في كل مرة. فهذا أمير المؤمنين عليه السلام يعبر عن ذلك بقوله: (من غني عن التجارب عمي عن العواقب)[٢]، بل عليكِ أن تستفيدي بذكاء من تلك العثرات والهفوات وتأخذي منها العبر والدروس لكي تتخطيها بنجاح. فعنه عليه السلام (العاقل من وعظته التجارب)[٣]، وجاء عنه عليه السلام: (الحازم من حنكته التجارب، وهذبته النوائب)[٤]، وأيضاً قال عليه السلام: (من أحكم التجارب سلم من المعاطب)[٥].

أصعب الابتلاءات

عندما يسألكِ أحد ما: هل تحبين الله عز وجل؟ ستجيبين بكل ثقة: نعم أحبه بكل تأكيد، وهذا لسان حال أغلب الناس عندما يسألون السؤال نفسه، لكن أتعلمين ما هي أعظم تجليات الحب والإيمان والذوبان في ذات الله تعالى؟ هو الرضا بقضائه والتسليم لأمره، فلو حرمكِ من أحب الخلق إليكِ (أبوكِ، أمكِ، أخوكِ، زوجكِ، أولادكِ)، لا يمكن أن يتزعزع إيمانكِ وثقتكِ به عز وجل قدر أنملة، وهذا هو المعنى الحقيقي لحبه سبحانه، فهذا النبي موسى عليه السلام قال- في مناجاته -: (أيْ رب أيّ خلقك أحب إليك؟ قال: من إذا أخذت حبيبه سالمني)[٦]، لأنها من أصعب الابتلاءات وأشدّها على القلوب المؤمنة. وعلى الرغم من هولها يسلمون لأمر الله سبحانه ويحمدونه ويشكروه على مصيبة فقد أحبابهم وذويهم لأنهم آثروا حب الله عز وجل واستشعروا قيمته في وجدانهم، فهل أصبح حبكِ لله على قدر هذا المستوى من التسليم له؟ أو أنكِ من الذين يقابلون تلك الفاجعة بأنواع من الجزع وأشكال من الممارسات الساخطة، وأحياناً الخروج عن ربقة الدين وأحكام الشريعة المقدسة بذريعة الانهيار وفقد السيطرة على ضبط النفس؟ فهذا إمامنا الكاظم عليه السلام قال: (المصيبة للصابر واحدة، وللجازع اثنتان)[٧]، وجاء عن الإمام الباقر عليه السلام قوله: (أشد الجزع الصراخ بالويل والعويل، ولطم الوجه والصدر، وجز الشعر، ومن أقام النواحة فقد ترك الصبر، وأخذ في غير طريقه)[٨].

١- ميزان الحكمة، الريشهري، ج٧، ص٢٧.
٢- المصدر نفسه.
٣- غرر الحكم، الآمدي، ج١، ص٣٠٢.
٤- المصدر نفسه، ج١، ج٣٢٣.
٥- المصدر نفسه، ج١، ص٣٠٢.
٦- ميزان الحكمة، ج٢، ص١٥٢.
٧- ميزان الحكمة، الريشهري، ج١، ص٣٦٢.
٨- المصدر نفسه، ج١، ص٣٦٣.



مشكلة العصر

لا يخفى عليكِ أن أغلب المشاكل التي تنشب بين الزوجين وما زالت تندلع شراراتها عبر تعاقب الأزمان، هو عدم توافق الزوج مع أهل الزوجة أو العكس وهو الشائع في الغالب، إذ لا تنسجم الزوجة مع أهل الزوج ولا تقوى على القيام بخدمتهم ورعايتهم وتطالب بالانفصال في بيت منعزل. وعلى الرغم أن هذا الأمر ليس من واجبها الشرعي، لكن يمكنها أن تنظر إليه بمنظور آخر وتعتبره عملاً تطوعياً أو خدمة إنسانية تنال بها أجراً عظيماً من الله سبحانه، وتكسب من خلالها قلب زوجها ورضاه، وبذلك تقضي على مشكلة العصر التي باتت تنخر في الأسر وتؤدي إلى تفككها. فهذا أمير المؤمنين عليه السلام قال: (خير الناس من تحمل مؤونة الناس)[٩]، وقرن الإمام عليه السلام مدى تحمل تلك المشقة ببقاء النعم أو زوالها بقوله: (ما عظمت نعمة الله على أحد إلا عظمت عليه مؤونة الناس، فمن لم يحتمل تلك المؤونة عرض النعمة للزوال)[١٠].

اختبار المعادن

تصادفين أناساً أثناء حياتكِ وتتخذين منهن صديقات مقربات يشاطرنك في كل شيء؛ فرحكِ وحزنكِ، شدتكِ ورخائكِ، ليصبحن مصداقاً لقول أمير الكلام عليه السلام: (رب أخ لم تلده أمك)[١١]، لكن تصدمين أحياناً بأخريات كنت تعتقدين بحسن ظنكِ أنهن صديقات فتتمنين أنكِ لم تلتقي بهن أبداً لكثرة المشاكل والمتاعب التي يسببنها لكِ، وهذا يعزى لقلة خبرتكِ في اختيار الصديقة المناسبة. فهذا إمامنا الصادق عليه السلام يعبر عن ذلك بقوله: (من اتخذ أخا بعد حسن الاختبار دامت صحبته وتأكدت مودته، من اتخذ أخاً بغير اختبار ألجأه الاضطرار إلى مرافقة الأشرار)[١٢]، فلا بد أن تتوخي الحذر ولا تطلقي لنفسكِ العنان في اتخاذ الصديقات من دون تأنٍ ولا اختبار، فكثير منهن يظهرن المودة ويخفين العداء. فإذا صقلن بنار البلاء ظهرت معادنهن الحقيقية.

٩- المصدر نفسه، ج١، ص٤٢.

١١- غرر الحكم، ج١، ص٢٩٠.

١٢- المصدر نفسه، ج١، ص٢٨٢.

علاج واحد لدائين

لا بد أن تؤمني بأن الله سبحانه ما خلق داء إلا وجعل له دواء، حتى الأمراض النفسية التي يصاب بها الإنسان مثل اليأس والقنوط والحزن والهموم والضيق وحشرجة الصدر لها علاجات مختلفة، وفي مقدمتها الرجوع إلى الله تعالى والتقرب منه بدعاء أو سجدة أو التحدث معه بقراءة كتابه العزيز أو الاستغفار من الذنوب التي تحجبنا عنه سبحانه. فهذا أمير المؤمنين عليه السلام قال: (عجبت لمن يقنط ومعه الاستغفار)[١٣]، وقال الإمام الصادق عليه السلام: (من أكثر الاستغفار جعل الله له من كل همّ فرجاً، ومن كل ضيق مخرجاً، ويرزقه من حيث لا يحتسب)[١٤]، ومن عجائب الاستغفار إنه يدر الرزق دراً، فقد جاء عن أمير المؤمنين عليه السلام أنه قال لكميل: (إذا أبطأت الأرزاق عليك، فاستغفر الله يوسع عليك فيها)[١٥]، وجاء عن الإمام الصادق عليه السلام: إذا استبطأت الرزق فأكثر من الاستغفار فإن الله عز وجل قال في كتابه: (فَقُلْتُ اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ إِنَّهُ كَانَ غَفَّارًا يُرْسِلِ السَّمَاء عَلَيْكُم مِّدْرَارًا وَيُمْدِدْكُمْ بِأَمْوَالٍ وَبَنِينَ - يعني في الدنيا - وَيَجْعَل لَّكُمْ جَنَّاتٍ وَيَجْعَل لَّكُمْ أَنْهَارًا - يعني في الآخرة-)[١٦].

١٣- ميزان الحكمة، الريشهري، ج٨، ص٣٥٦.

١٤- جامع الأخبار، السبزواري، ج٨، ص ٨ .

١٥- ميزان الحكمة، الريشهري، ج٤، ص٨١.

١٦- المصدر نفسه.

الحجاب والستر حقيقة وتحديات

سوزان زين/ لبنان



إنّ التشريعات والتكاليف الإلهية ما هي إلاّ تشريف للإنسان وسبيل للوصول إلى سعادته وكماله. والحجاب هو أحد هذه التكاليف المهمة التي أوجبها الله تعالى على المرأة، صوناً وتكريماً لها، وحفاظاً على مكانتها وقدرها، وهو في الوقت نفسه صون للرجل أيضاً من الوقوع بأي انحراف أو انزلاق. ومن ثمّ، فهو إضافة إلى أنّه فريضة واجبة فهو وسيلة من وسائل الأمن الجسدي والروحي والفكري للمجتمع ككل.

ومن الظواهر التي يلحظ انتشارها في مجتمعنا شيئاً فشيئاً وتحتاج إلى معالجة سريعة وجذرية ظاهرة الحجاب "على الموضة" الذي ترتديه بعض نسائنا وفتياتنا بشكل يبرز مفاتنهن، وقد يبديهنّ أكثر إثارة مما لو كُنّ غير محجبات أصلاً، خاصة مع تزايد موديلات الثياب الضيقة وعرضها في المحلات بشكل يلفت الأنظار ويجعلها محط إعجاب من الفتاة التي تحلم بأن تكون جميلة وأنيقة.

وقد يكون سعي المرأة الدائم لكي تكون جميلة ومحط إعجاب وتقدير هو السبب في اندفاعها إلى اختيار موديلات الثياب الضيقة! وربما هي الحضارة الغربية التي أرخت ذيولها على نواحي حياتنا كافة، فسلبت من النساء ميولَ العفة والستر ظناً منهن أن لباس الموضة سيلحقهن بركاب الحضارة والتمدن! ولكن متى كان الجمال مصنَّعاً، والله خلقنا في أحسن صورة وأبهاها؟!، ومتى كانت قيمة الإنسان تكمن في مظهره المبهرج والمزين فقط دون أخلاقه وأدبه وعلمه؟! ومتى كان الرقي أو التمدن منحصراً في الملابس الضيقة والقصيرة؟! إن قيمة المرأة وقدرها هي في كونها جوهرة الحياة المصونة ودرتها المكنونة التي تصنع أجيال المستقبل، فما بالها تكره ذلك لنفسها وتتصرف بما ينافيه!

هذا النوع من الحجاب هل هو مما نصت عليه الشريعة الإسلامية الشريفة والذي أراده الله سبحانه وتعالى للمرأة؟ من المعروف أن أحكام الدين الإسلامي وتشريعاته جاءت على أساس مصلحة المجتمع والفرد في آن، وهو عندما فرض الحجاب على المرأة فرضه لتحقيق هذه المصلحة بحكمة ودراية ولكي يجسد قيماً تُسهم في توفير بيئة بعيدة عن الفساد والإفساد. فهل يؤدي هذا النوع من اللباس إلى تحقيق هذه الحكمة وتجسيد هذه القيم؟

إن الغاية التي أرادها الله سبحانه وتعالى من حجاب المرأة لمفاتنها عن الأجانب هي أن لا تكون مدعاة للفتنة والفساد، ولا تكون موضع استغلال الرجل الذي يسعى على الدوام لأن يجعل المرأة أداة لإشباع رغبته تحت شعار الحرية والمساواة. لذلك أراد الإسلام أن يحصن المرأة من هذا الاستغلال حاصراً شتى ألوان الزينة في محيط الأسرة والزواج القانوني ﴿ذَلِكَ أَدْنَى أَنْ يُعْرَفْنَ فَلَا يُؤْذَيْنَ﴾ ليبقى المحيط الاجتماعي العام ميداناً للعمل والإنتاج، ومن هنا تركيز الفقهاء والمفسرين على نهي النساء عن إبداء زينتهن، لكون الزينة وابدائها والنظر إليها مقدمة للفساد ومورثاً للريبة والافتتان .

كيف نختار الصديقة؟

حثّت الدياناتُ جميعها على اتخاذ الصديق الصدوق. وقالوا قديماً "الصديقُ ساحب"، عليه، لا بد من الاعتناء الجيد بالأصدقاء واقتناء الجيدين منهم وترك السيئين. والحقيقة تقال إن الصديق الحقيقي عملة نادرة خاصة في ساعات المحن والحاجة.

والصداقة أنواع منها: الصداقةُ النفعية، وصداقةُ ملء الفراغ، وصداقةُ القيم. فالصداقة النفعية تتأسس لأجل تحصيل المال أو الجاه والعلاقات أو ما شاكل، أما التي هي لملء الفراغ فتكون فارغة المحتوى تافهة المعاني، تربط أصحابها أهداف تزول بزوالها. أما صداقة القيم فهي الصداقة التي حثت عليها الشريعة الغراء ونادى بها كل العارفين والمُصلحين .

ونحن نتكلم عن الصداقة، لا بد أن نتعرض إلى المشتركات التي تربط العلاقات تحت عنوان الصداقة وهي:

- المستوى العقلي وتقارب التفكير.
- البيئة وظروف المحيط.
- الاهتمامات والحاجات المشتركة.

أما إذا أردنا اختبار الصديقة فعلينا القيام بجملة من الاختبارات:

أولاً: إعطاؤها سر وائتمانها على أمور خاصة، ونلمسُ بعد مدة شيوع السرّ من عدمه.

ثانياً: إغضابها بكلمة حادة، ونرى ماذا يخرج منه وماذا ستفعل؟ فقد جاء عن الإمام الصادق ﷺ: (إِنْ غَضِبَ عَلَيْكَ مِنْ إِخْوَانِك ثلاث مَرَّاتٍ فَلَمْ يَقُلْ فِيكَ شَرّاً فَاتَّخِذْهُ لِنَفْسِكَ صَدِيقا).

ثالثاً: استنصحيها واطلبي مشورتها في أمر مهم لديكِ وانظري ما ستكون نصيحتها لكِ؟

قوانين الصداقة الخمسة

أولاً: لا تكلفي صديقةً. فلا بد أن تكون الصديقة خفيفة الظل لا ثقيلة وكثيرة الطلبات .

ثانياً: بادري عندما تحتاج إلى شيءٍ، ولا تنتظريها حتى تطلبه منكِ، بادري لأجل الصداقة.

ثالثاً: اهتمي بمخاوفها.. برغباتها.. بمشاعرها.. بمتابعتها.. فالاهتمام مقياس حقيقي لعمق الصداقة.

في دراسة بريطانية احضروا بعض الأصدقاء واجلسوا الصديقين على كرسيين قريبين، وهددوهما وقالوا لهما أن أحدهما سيخضع لصعقة كهربائية، بينت الدراسة أن الأصدقاء الحقيقيين لما كانوا يصورون الدماغ، تفاعلت الأماكن نفسها من الدماغ تقريباً بنفس المقدار، أما الذين لم تكن صدقاتهم حقيقية فلم يسجل التقارب نفسه في الدراسة.

رابعاً: عاتبي ولكن لا تلومي، عندما يحدث بينكما سوء فهم فعاتبيها بمهل ومرونة، ولا تكثري الجدل والعتب حتى لا يحدث النفور والانزعاج بينكما .

خامساً: احملي صديقتكِ على سبعين محمل. لا تفسري تصرفاتها على المحمل السيئ، بل اجعلي حسن الظن هو السائد في علاقتكما معاً.

ختامها مسك

نختم حديثنا بباقة من مواعظ الأئمة الميامين ﷺ في هذا المضمار، حيث جاء عن الإمام جعفر بن محمد الصادق ﷺ: (لا تكون الصداقة إلا بحدودها فمن كانت فيه هذه الحدود أو شيء منها فانسبه إلى الصداقة، ومن لم يكن فيه شيء منها فلا تنسبه إلى شيء من الصداقة، فأولها أن تكون سريرته وعلانيته لك واحدة، والثانية أن يرى زينك زينه وشينك شينه، والثالثة أن لا تغيره عليك ولاية ولا مال، والرابعة أن لا يمنعك شيئاً تناله مقدرته، والخامسة وهي تجمع هذه الخصال أن لا يسلمك عند النكبات)[١].

وقول الإمام علي ﷺ: (ليكن آثر الناس عندك من أهدى إليك عيبك، وأعانك على نفسك)[٢].

وقد جاء عن الإمام الجواد ﷺ في حال ضرورة التناصح بين الإخوان قوله: (من نصح أخاه سراً فقد زانه، ومن نصحه علانية فقد شانه)[٣].

نتمنى في الأخير.. أن تهدينا الدنيا صديقاً واحداً على الأقل يعيننا على نكبات الدنيا وهمومها .

١- الوافي، الفيض الكاشاني، ج٥، ص٥٧٤.
٢- ميزان الحكمة، الريشهري، ج٣ ص٢٢٠٧.
٣- تحف العقول، الحراني، ص٤٩٠.





لهوٌ يدمر أطفالنا

يسرُّ مجلة (زهور الجوادين) أن تمدّ جسور التواصل مع القارئات الكريمات، لتعلن لهنّ عن استقبال الأسئلة حول القضايا الاجتماعية والمشاكل النفسية وأساليب التربية وطرق الاعتناء بالأسرة وتنمية المجتمع، وتضع بعد ذلك الحلول والمعالجات لتلك الهموم بعد عرضها على المتخصصين وأصحاب الشأن، مع الحفاظ على الخصوصية الشخصية لصاحبة السؤال.

الاستشارية علياء حسين الصافي
مركز الإرشاد الأسري التابع للعتبة الحسينية المقدسة

راسلونا على البريد الإلكتروني: flowers@aljawadain.org

وصلتنا الرسالة التالية من الأخت المرسلة (أ. ك): أولادي الصغار لديهم إفراط كبير باستخدام الموبايل والآيباد، وأنا قلقة عليهم وعلى مستقبلهم. أرجو منكم مساعدتي في الحد من استخدامهم لتلك الأجهزة.

عزيزتي (أ.ك): من خلال عملنا في مركز الإرشاد الأسري تردنا العديد من استشارات الأمهات حول مشاكل الأبناء النفسية والسلوكية والأخلاقية يرجع أساسها لكثرة استخدامهم لهذه الأجهزة. ونحن لا نستطيع نهائياً تركها لأنها أصبحت وسيلة مهمة موجودة في كل بيت، ولكننا في هذه العجالة سوف نوضح مضارها على أطفالنا لنقلل من استخدامها ونحدد وقت استخدامها، مع اختيار البرنامج المناسب لعمر الطفل حين يستخدمها، ويفضل عرضها عن طريق شاشة التلفاز بدلاً من استخدام الموبايل والآيباد. وسوف نوضح أضرار الموبايل والآيباد على أطفالنا من نواحي عدة، منها:

أضرار الموبايل والآيباد من الناحية العقلية

١- إن الإكثار من استخدام هذه الأجهزة، يؤثر على الجانب اللفظي لأنه يسمع أكثر مما يتكلم.

٢- هناك علاقة بين تدني مستوى الدراسة وهذه الوسائل، خصوصاً من حيث تأثيرها على القدرة الاستيعابية لدى الأطفال.

٣- تقلل من مستوى انتباه الطفل وتركيزه، وذلك بسبب إدمان الطفل على هذه الألعاب.

٤- تقييد خيال الطفل؛ وذلك لأنها لا تساعد على نمو ثقافة الطفل، وتمنع نمو إدراكه لمواقف العالم الواقعي الذي يعيش فيه.

أضرار الموبايل والآيباد من الناحية الصحية على الطفل

١- يصاب الطفل بضعف النظر نتيجة جلوسه أمامها لساعات طويلة أثناء ممارسته اللعب.

٢- حركة العينين تكون سريعة جداً أثناء ممارسة الألعاب الإلكترونية مما يزيد من فرص إجهادها، هذه بدورها تؤدي إلى حدوث احمرار بالعين وجفاف وحكة.

٣- ألم في الرقبة، وخاصة الناحية اليسرى منها، إذا كان الطفل يستخدم اليد اليمنى؛ وفي الجانب الأيمن إذا كان أعسر نتيجة لسرعة استخدام اليد وشد عضلات الرقبة، وعظمة اللوح، والجلسة غير السليمة.

٤- ولها تأثيرات بدنية ضارة مثل انحناء ظهر الطفل، وهو جالس لفترة طويلة، مندمج مع اللعبة.

٥- سوء التغذية والبدانة، فالطفل لا يشارك أسرته في وجبات الغذاء والعشاء، فيتعود الأكل غير الصحي في أوقات غير مناسبة للجسم.

٦- يصاب بعض الأطفال بأعراض التوحد نتيجة مشاهدته لساعات طويلة.

٧- الكسل والخمول الجسدي والفكري، الذي يحصل نتيجة الجلوس لساعات طويلة أمام الجهاز.

أضرار الموبايل والآيباد من الناحية الاجتماعية على الطفل

١- الطفل الذي يقضي ساعات طوالاً في استخدام الألعاب الإلكترونية بدون تواصل مع الآخرين، يصبح طفلاً غير اجتماعي، منطوياً على ذاته، على عكس الألعاب الشعبية التي تتميز بالتواصل, ومن ثم يفتقد الطفل المهارة الاجتماعية في إقامة الصداقات والتعامل مع الآخرين، ويصبح الطفل خجولاً لا يجيد الكلام والتعبير عن نفسه.

٢- تؤدي هذه الألعاب بما تحمله من أخلاقيات وأفكار سلبية إلى المزيد من الانفصال الأسري، وارتباط الطفل بالقيم والأخلاقيات الغربية التي تفصله عن مجتمعه وأصالته.

٣- إنها تصنع طفلاً أنانيًا لا يفكر في شيء سوى إشباع حاجته من هذه اللعبة، وكثيرًا ما تثار المشكلات بين الإخوة الأشقاء حول من يلعب؟ على عكس الألعاب الشعبية الجماعية التي يدعو فيها الطفل صديقه وإخوته للعب معه.

٤- كما إن الألعاب الإلكترونية قد تعلِّم الأطفال أمور النصب والاحتيال، فالطفل يحتال على والديه ليقتنص منهم ما يحتاجه من أموال للإنفاق على الألعاب الإلكترونية، إما لتطوير الجهاز الذي يمتلكه أو للانتقال إلى مراحل مختلفة باللعبة التي يلعبها.

٥- إن المشاهدة المستمرة لها يؤدي بالطفل إلى عدم الميول إلى أي من الأنشطة الترفيهية الأخرى، مثل اللعب مع الأطفال واللعب بالألعاب الأخرى.

٦- إن قضاء ساعات طويلة في مشاهدتها تؤدي إلى انعزال الطفل عن الأسرة، ومن ثم يؤثر على شخصيته حيث يكون طفلاً انعزالياً.

٧- مراقبة ما يشاهد الطفل وأن يُحدد له ما يراه منذ البداية وما يناسب عمره، ويجب أن تبعده عن المشاهدة غير الجيدة التي تحتوي على العنف لأنها تؤثر على تصرفاته، ويصبح شخصاً عنيفاً في المستقبل.

٨- إبعاد الطفل عن مشاهدة الوسائل التي تحتوي على أفكار وسلوكيات غير ملتزمة

أضرار الموبايل والآيباد من ناحية نفسية

١- تؤثر الألعاب الإلكترونية على نفسية الطفل من ناحية الانفعالات لكونها ترمز إلى التحدي، وفي بعض الأحيان إلى الإحباط والإثارة والمفاجأة، ومشاهد الالعاب العنيفة التي تحتوي على القتال والدم والصراع.

٢- عدم القدرة عن التوقف في اللعب، بسبب الشعور بالوحدة واللامبالاة.

٣- أضرار نفسية كاضطراب النوم والقلق والتوتر والاكتئاب، والانطواء، والعزلة.

٤- تشجع هذه الألعاب على الفردية، إذ أن الطفل عندما يلعب هذه اللعبة يتجاهل الأشياء المحيطة به، وذلك لقدرتها على السيطرة على عقله ويصبح منعزلاً عن الآخرين

٥- إنها تشجع على العدوان والعنف والسلوك الاستحواذي الادماني وتحدث انحرافات خطيرة في سلوك الطفل نظراً لطبيعتها التي تميل إلى العنف.

الارشادات والنصائح

- ضرورة التأكيد على دور الآباء والأمهات في رعاية الطفل ووقايته من مخاطر هذه الأجهزة من خلال التوجيه والمتابعة.
- وضع قواعد لاستخدام الأجهزة والإنترنت يطبقها جميع أفراد العائلة كتحديد أوقات للاستخدام وطريقة الاستخدام.
- متابعة الأطفال عند استخدامهم الأجهزة الإلكترونية، والتعرف على المواد التي يتناولونها في هذه الأجهزة.
- نشر ثقافة الحوار في نفوس الأبناء منذ الصغر مما ينعكس إيجاباً على اتجاهاتهم وسلوكهم في تعاملهم مع الآخرين في المجتمع وكذلك بناء العلاقات الإيجابية بين الوالدين والأبناء عبر إزالة الحواجز وتنمية علاقة الصداقة بين الطرفين، ومن ثم إخبار الوالدين بكل ما يزعجهم من خلال استخدام الوسائل الحديثة.
- تعريف الطفل بأهمية الوقت وعدم هدره بكثرة الاستخدام الخاطئ لهذه الاجهزة.
- إيجاد بدائل ترفيهية وأنشطة وهوايات كممارسة الرسم وكلّ ما يساعد الطفل على تنمية عضلاته وتقويتها وكذلك تنمية مواهبه الفنية ويكشف الحالة النفسية للطفل.
- الطفل يميل الى اللعب بفطرته، فتارة يجري ويقفز، وأخرى ينظم لُعَبه ودُماه، وتارة يلعب بالطين ويحفر الأرض، وإن لعبه في التراب بحرية مقننة ُينمي عقله, ويصقل فكره, ويعطيه الثقة في نفسه.
- إن تشجيع الطفل على ممارسة بعض أنواع من الألعاب الرياضة المفيدة لأنها تسهم في تنمية المهارات الحسية والحركية وتطويرها عند الأطفال حيث إنهم يملكون طاقات يجب تفريغها؛ وأفضل الطرق للتخلص من الطاقة الزائدة هي الجري، والغميضة، ورمي الكرات في السلة... الخ.



هبة مهداة

وهبنا تعالى عطايا كثيرة وأسبغ علينا نعماً جمّة. وما الجد والجدة إلا واحدة من تلك الهبات المهداة منه تعالى للأحفاد. فهما بركة البيت ومصدرٌ من مصادر السكينة والصفاء فيه؛ كيف لا يكون ذلك وهما العطوفان الودودان اللذان يعاملان الجميع بلطف وحنان؟ فالطيبة تملأ قلبيهما، ويمنح دعاؤهما الصادق الطمأنينة والأمان، لذلك وجب علينا الإحسان إليها ما استطعنا إلى ذلك سبيلاً. فكلما عملنا على رعايتهما وحمايتهما ومراعاة قدرهما، أثابنا الله تعالى بذلك عظيم الأجر والثواب. ولا ننسى أن من راعى حقوق هؤلاء وحافظ على واجباتهم في شبابه، هيأ الله له في كبره من يرعى حقوقه أيضاً، فكما ندين ندان.

وإليك غاليتي بعض الخطوات التي تسهم في رعاية جديكِ وإدخال السرور على قلبيهما:

- يحتاج الجدّان إلى من يرعاهما ويلبي متطلباتهما، بسبب ضعف جسدهما، وقلة طاقتهما؛ لذلك لا تملي أو تضجري من خدمتهما؛ بل من الأَوْلى رعايتهما كل الرعاية، وبطِيب نفس وصدر رحب، ففي ذلك رضا الله عز وجل وعظيم ثوابه.
- من الجميل أن تتبادلي أطراف الحديث معهما، حتى لا يشعرا بالفراغ والوحدة والغربة على قدر المستطاع، على أن يكون حديثك لطيفاً وشيقاً وطريفاً.
- إن مِن بين حقوق الجد والجدة علينا أن نقدمهما في الكلام وفي المجالس، وفي الطعام، والشراب والدخول والخروج، فليس من الأدب في شيء أن نسبقهما في أي مورد من الموارد المذكورة آنفاً.
- من باب الترويح عنهما، حاولي صحبتهما إذا كنت قادرة على ذلك، وخصوصًا حينما يكون ذلك إلى أداء زيارة أضرحة الأئمة الميامين أو زيارة الأرحام، أو عند الخروج في نزهة معينة.
- الإنصات لهما بكل ما يقدمانه من وعظ وإرشاد وخبرات، ونصائح لا نهاية لها، فاستمعي إليهما بعقلٍ واعٍ، وقلب منفتح؛ وهذا الأمر يُعبر عن مدى توقيركِ لهما، فضلاً عن إصابتكِ للفائدة.

وفي الختام نُذّكر: إن من فقد أحد أجداده أو كليهما، فليبادر بالإحسان إليهما في قبرهما، فيتصدق عنهما، أو يهدي لهما ثواب بعض الأعمال الصالحة من قبيل: الصلاة أو الصيام أو قراءة القرآن الكريم أو الدعاء والاستغفار لهما، فالإحسان إليهما أمرٌ محمود ومبارك، نثاب عليه في حياتهما ومماتهما على حدٍ سواء.



قالت وقلنا

قالت: أين هو الإمام المنتظر عجل الله فرجه؟ ألا يرى هذا الظلم والجور والفقر والأمراض والأوبئة التي ملأت الأرض؟ ألا يخرج وينقذ أهلها؟

قلنا: مهدينا موجود بيننا وهو يرى ويعلم بكل شيء يحدث في العالم، ولولا وجوده المبارك ودعاؤه لنا لساخت الأرض بما عليها، فقد قال عجل الله فرجه: (وأما وجه الانتفاع في غيبتي فكالانتفاع بالشمس إذا غيبتها عن الأبصار السحاب، وإني لأمان لأهل الأرض كما أن النجوم أمان لأهل السماء).

قالت: متى سيظهر؟ وما الداعي لغيبته الطويلة؟

قلنا: سيظهر إن شاء الله تعالى عندما تتهيأ له الظروف المناسبة ليملأ الأرض قسطاً وعدلاً بعدما ملئت ظلماً وجوراً، فالباري غيبه عن الأنظار ليحفظه من أعدائه المتربصين به السوء، وليمحص المؤمنين ويغربلهم.

قالت: إذا كان غائباً عن أنظار أعدائه، فلماذا لا نراه نحن شيعته ومحبوه ومنتظروه؟

قلنا: ذنوبنا هي التي غيبته عن أنظارنا، وللأسف فإن كثرتها باعدتنا عنه وأطالت غيبته، وعندما يطلّع عليها يتألم قلبه الشريف من عصياننا وإصرارنا على اقترافها في كل يوم.

قالت: وماذا نفعل كي نتقرب منه ونراه ونُعجل في ظهوره المبارك؟

قلنا: إمامنا المنتظر عجل الله فرجه يريد منا أن نتكامل ونتوب من ذنوبنا ونواظب على الطاعات ونترك السيئات، ونكثر من الدعاء له بالفرج وندفع الصدقات عنه وغيرها من أعمال البر والإحسان التي تفرح قلبه الشريف وترضيه عنا وتقربنا منه، فقد قال عجل الله فرجه: (وأكثروا الدعاء بتعجيل الفرج ، فإن في ذلك فرجكم).

قالت: سأبذل ما بوسعي لأكون ممن يحبهم الإمام الحجة عجل الله فرجه ويسعد بهم، وأتمنى أن أتشرف برؤيته وأكون حاضرة وناصرة له في دولته.

إنما الأعمال بالنيات

دعاء فاضل الربيعي/ النجف الأشرف

في ساعات الصباح الأولى ومع النسائم الندية استيقظت فاطمة، كان هذا اليوم محفوفاً بالرحمات والبركات كيف لا وهو اليوم الأول من أيام شهر الطاعة والغفران.

راحت فاطمة تنظف وترتب منزلها وتهيئ الأجواء الرمضانية المباركة. وفي الأثناء طرق الباب وإذا بجارتها أم محمد، تلك المرأة المسنة التي اعتادت الاستيقاظ باكراً، فتحت الباب فاطمة ورحبت بها وجلستا في الحديقة. وتحدثت أم محمد قائلة:

■ بينما أنا في الحديقة منشغلة بسقي الأزهار وإذا بي أسمع صوت مذياعكِ الصادح بتلاوة القران، فعلمت أنك مستيقظة فجئت لأقضي وقتا معكِ، فكل من في البيت نائم. فكما تعرفين إن اليوم أول أيام شهر رمضان وساعات النهار طويلة ولا بأس بالاستيقاظ بعد حين، فنوم الصائم عبادة ولكن عجباً لَمِ أنت مستيقظة باكرا وأراك منشغلة بالأعمال المنزلية !هناك متسع من الوقت للقيام بذلك فما زلنا في أول ساعات النهار يا ابنتي؟

أجابتها فاطمة قائلة:

■ صحيح ما تفضلتِ به، لكني أتطلع لإنجاز أعمالي المنزلية في أسرع وقت ممكن، كي يتسنى لي أن أؤدي بعض العبادات. فكما تعرفين إن شهر رمضان شهر الرحمة والمغفرة، والعبادة فيه تعادل عبادة سنين طوال، وما أشقاني! ففي كل عام أحرم من أداء الكثير من الأعمال العبادية وأنشغل رغماً عني بتلبية متطلبات أفراد أسرتي التي تكاد لا تنتهي فكما تعلمين ان لهم رغبات ومتطلبات فيما يخص وجبة الإفطار.

■ أم محمد: عافاك الله وجزاك الله خير جزاء، فعلاً شهر رمضان خير الشهور، وكما قال رسول الله ﷺ أن أيامه أفضل الأيام ولياليه أفضل الليالي وساعاته أفضل الساعات، ويتوجب على المؤمن أن يستثمر هذا الشهر في العبادة، لكن ربما خفي عليك أمر مهم وهو قول الرسول ﷺ: (من فطّر مؤمناً كان له بذلك عند الله عتق رقبة ومغفرة لما مضى من ذنوبه (أتعرفين يا جارتي العزيزة أن أفراد أسرتكِ هم من ضمن الصائمين المؤمنين الذين تسعين جاهدة لتهيئة الإفطار لهم وتلبية متطلباتهم من الطعام والشراب فاعلمي أختي إنك بتأدية أعمال المنزل تكونين قد جمعت بين أداء واجبك تجاه أسرتك وبين الأعمال العبادية التي تؤجرين عليها خير أجر، وإنه بمقدور كل ربة منزل فطنة أن تتسابق إلى الخيرات في شهر الطاعة والعبادة، مستعينة بالنية الحسنة وهي نية القربى إلى الله تعالى في كل ما تؤديه من أعمال منزلية فيمكنها ان تقدم طعام الإفطار بنية القربة إلى الله تعالى وبذلك تكون قد ادت واجبها ونالت الدرجات العلى من الله تعالى، فلا تقلقي إذا لم يتسع لك الوقت لأداء العبادات المستحبة في شهر رمضان فالباري عز وجل جعل من أعمالك المنزلية عبادة.

فاطمة: سلم الله فاكِ على هذه النصائح الثمينة الحمد لله الذي جعل أعمالنا المنزلية عبادة نؤجر ونثاب عليها، يا له من رب رحيم، من الآن فصاعدا سوف تكون كل أعمالي المنزلية في هذا الشهر وفي سائر الشهور هي تقربا لله عز وجل.





أنوار

شعر: حيدر صباح

في مولد الكرار   نوزع الأزهار
وفرحةٌ تدوم   في الليل والنهار

◈◈◈◈◈

ومولد الجواد   نهنئ العباد
والمسك والعطور   تعم في البلاد

◈◈◈◈◈

نهنئ الرسول   والبضعة البتول
نسأل في الدعاء   الخير والقبول

◈◈◈◈◈

نهنئ الإمام   والحسنَ الهمام
حُبُهمُ شعار   في الصدر كالوسام

◈◈◈◈◈

نهنئ الحسين   ونرفع اليدين
لصوب كربلاء   تلوح قبتين

◈◈◈◈◈

لصاحب الإباء   نهتف بالولاء
للقمر المنير   وحامل اللواء

◈◈◈◈◈

نبعث في سرور   للتسعة البدور
رسالة السلام   بصحبة الطيور

باقة زهر لأرقى الأسر



تختطّ كل أسرة نظاماً معيناً وطريقة مغايرة في تسيير حياتها حسب ظروفها. وللإبقاء على سيرها في الاتجاه الصحيح ولتخطي عثراتها لا بدّ لها من مشورة مفيدة ونصائح عامة بين الفينة والأخرى تقوّم به سلوك أفرادها وتوجههم نحو إصلاح شؤونهم إلى الأفضل. وقد اقتطفنا باقة عطرة من أحاديث أمير المؤمنين عليه السلام ووصاياه لنضعها هدية قيّمة بين يدي أفراد العائلة الكريمة.

التزام الوعود

الوفاء بالعهود وصدق الحديث من الخصال الحميدة التي تتجذر لدى الفرد منذ الصغر. ولكي يغرسها الوالدان في نفوس أولادهما بصورة صحيحة باعتبارهما المثل الأعلى والقدوة الصالحة لهم لا بد أن يكونا مرآةً ومصداقاً لهذه الصفات قولاً وفعلاً لكي يستقي الأبناء منهما ويتربون على نهجهما. فلا يمكن للأب أو الأم أن يعدا أولادهم بشيء ولا ينفذاه، سواء أكان عن قصد بحجة إلهائهم وإسكاتهم حتى تمر الأيام وينسوا الوعد، أم لظروف معينة تحول دون وفائهما للوعود التي يقطعونها؛ وذلك لأن أبناءهما سيبقون على أمل تحقيق هذا الوعد ولن ينسوه أبداً مهما طالت المدة كما يظن بعض الآباء. وفي حالة اضطرارهما إلى عدم الوفاء يمكنهما الاعتذار وشرح الأسباب والظروف التي حالت دون تنفيذهما الوعد، لكي لا تتزعزع ثقتهم بآبائهم فلا يصدقوا ما يصدر منهم من أحاديث أو وعود، ولا يعتادوا في المستقبل على الكذب والاستهانة بالوعود في تعاملهم مع أفراد المجتمع. فهذه وصية أمير المؤمنين عليه السلام يحذر فيها من هذا الفعل بقوله: (لا تعد بما تعجز عن الوفاء به)[1].

كيفية السيطرة

مثلما يتفنن الملوك والرؤساء في كيفية السيطرة على رعيتهم وفرض طاعتهم والامتثال لأوامرهم وعدم الحياد عنها، كذلك الوالدان وخاصة الأب، طالما يتطلّع إلى طاعة أولاده وانصياعهم لتوجيهاته. وقد يتبع أسلوب الحزم والقوة في فرض سيطرته فيطيعونه مكرهين مجبرين. وربما يخالفونه بغيابه أو لا يستجيبون ويصرون على العناد الذي يصل أحياناً إلى العقوق، بينما يمكنه وبكل سهولة أن يستجلب طاعتهم بالسياسة والرفق والتودد، فيمتثلون وينقادون له بكل ما يأمرهم به ولم يأمرهم طمعاً لرضاه وحباً لشخصه، وإذا أخطأوا يعتذرون له بكل خجل وحياء طلباً لعفوه وصفحه. وهذا ما أكدّ عليه إمامنا عليه السلام بقوله: (من حسنت سياسته وجبت طاعته)[2].

دواء الشكر والصبر

كما يتعاقب الليل والنهار فالعسر واليسر يتعاقبان على الأسرة، يوم حلو يمضي وآخر صعب. وهكذا تنقضي الأيام مع استمرار الحياة، لهذا على أفرادها أن لا يجزعوا ولا ييأسوا إذا أصابتهم الشدائد والكروب والهموم والبلايا والأمراض والفقر والبؤس، فكل هذه الأعراض

١- غرر الحكم، الآمدي، ج١، ص١٦٨.

٢- غرر الحكم، الآمدي، ج١، ص٢٢٨.

ستزول بعد أن يستعينوا بدواء التوكل على الله عز وجل وأن يحمدوه ويشكروه ويصبروا على البلاء من خلال التزام طاعته واجتناب معاصيه والمواظبة على الصلاة وعدم تركها في أحلك الظروف، فهي خير معين على تخطي العقبات. قال تعالى: (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُواْ اسْتَعِينُواْ بِالصَّبْرِ وَالصَّلاَةِ إِنَّ اللّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ)[٣]، فمهما ضاقت الدنيا وتكالبت، وطال ظلام الليل فلا بد أن تطلع شمس النهار، وتفرج وتتيسر الأمور ويتغير الحال. فتأملوا وصية أمير المؤمنين عليه السلام: (عليكم بدوام الشكر ولزوم الصبر فإنهما تزيدان النعمة ويزيلان المحنة)[٤].

تقوية الأواصر

الأسرة الواحدة هي عبارة عن فرع صغير من شجرة كبيرة، فإذا انقطع هذا الفرع أو الغصن عن الشجرة الأم فإن أوراقه ستذبل وسييبس عوده ويتلاشى بمرور الزمن. لهذا فإن الارتباط الوثيق بالعائلة أو العشيرة أو القبيلة يحيي الأسرة ويقويها ويمدها بجسور المحبة والمودة والتعاون والتراحم، وعلى هذا

٣- سورة البقرة: الآية١٥٣.
٤- غرر الحكم، الآمدي، ج١، ص١٩٠.

الأساس ينبغي للوالدين أن يعززوا هذه المبادئ في نفوس أبنائهم ويحثوهم على محبة أقربائهم وأرحامهم ويشجعوهم على زيارتهم ومعاودتهم ومؤازرتهم في الشدة والرخاء. فلو حدث بين الوالدين وأقربائهم بعض الخلافات فلا ينبغي أن يورثاها للأبناء ولا يصح أن يؤثرا على علاقتهم ويزرعا العداوة والبغضاء في قلوبهم الفتية ضد أقربائهم، بل عليهما أن يوصوهم بوصية أمير المؤمنين عليه السلام الذي قال: (صلة الرحم توجب المحبة وتكبت العدو)[٥].

وقد كثرت في الآونة الأخيرة مع الأسف الشديد ظاهرة العداء بين أفراد الأسرة الواحدة فيتقاتل الإخوان فيما بينهم أو الأخوات فيما بينهن، بينما يوصينا أمير المؤمنين عليه السلام خلاف ذلك بقوله: (لا يكونن أخوك على قطيعتك أقوى منك على صلته)[٦]، أو قد يتعدى الأمر إلى أكثر من ذلك فيكره الابن أباه، أو تعادي البنت أمها، بينما يوصينا الله تعالى في كتابه العزيز بقوله: (وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا)[٧].

٥- المصدر نفسه، ج١، ص٢٧٦.
٦- المصدر نفسه.
٧- سورة النساء: الآية٣٦.

وها هي دور العجزة التي تضج بساكنيها خير دليل على ازدياد حالات العقوق من قبل الأبناء تجاه أبويهم، متناسين حديث أمامنا عليه السلام: (من استنكف من أبويه فقد خالف الرشد)[٨]، ونحن نقول لهم فليتداركوا أنفسهم ويتوبوا إلى الله تعالى ويطلبوا عفو آبائهم ورضاهم ويصلوا رحمهم قبل أن يقعوا في المعصية الكبرى التي حذرنا منها أميرنا بقوله عليه السلام: (أقبح المعاصي قطيعة الرحم و العقوق)[٩].

٨- غرر الحكم، الآمدي، ج١، ص٢٧٨.
٩- المصدر نفسه، ج١، ص٢٧٧.

طفلي مسؤوليتي

نصائح وإرشادات
-٣-

- اغرسي حب الله تعالى في نفوس أولادكِ الصغار؛ حدثيهم عن لطف الله ورحمته قبل أن تحدثيهم عن عذابه وغضبه.
- درّبي أطفالكِ على العبادة قبل سن التكليف الشرعي، وعوديهم على اجتناب المعاصي منذ صغرهم؛ حتى لا يكبروا وهم يألفون المآثم ويستصغرونها، فهذا الأمر يجعل التقوى تضعف في قلوبهم.
- أمنحي أطفالكِ الشعور بالأمان عند قول الحقيقة، مهما اقترفوا من خطأ حتى تعلميهم على الصراحة والصدق.
- كلّفي أولادكِ المراهقين بأعمال معينة سواءً بالبيت أو خارجه، مثل جعلهم يمارسون الرياضة، أو يتنظمون في دورة تعليمية؛ وذلك من أجل شغل أوقات فراغهم بالفائدة.
- أعطي لطفلكِ شيئاً من حرية الاختيار وحرية اتخاذ القرار من أجل أن تقوّي ثقته بنفسه ويتعلم من أخطائه وعثراته، فتحمل الطفل مسؤوليته الذاتية يبني شخصيته ويعينه على النجاح في الحياة.
- لا تضربي طفلكِ عندما يتركب خطأً ما، أو يخفق في مهمة معينة، أو يؤدي عملاً غير متقن، فالضرب يولد لدى الطفل الحقد والسلوك العدواني ورد الأذى بالأذى.



حُسنُ الاختيار خيرُ معيار

حنان الزيرجاوي

من الأمور التي باتت ضرورية هو التفكير بالمسؤولية اتجاه أطفالنا واتجاه المجتمع عن طريق بناء جيل المستقبل بالشكل الصحيح الذي يتطلب إعداداً وتثبيتاً لقاعدة رصينة أولاً؛ هذه القاعدة المتمثلة بالنواة الأولى لتلك الخلية المسماة بالأسرة، والتي تعتبر المحيط الأول والمؤثر الكبير ذا التأثير المباشر في تكوين الطفل وتنميته وتقويم سلوكه وأخلاقياته، والقالب الاجتماعي الأول الذي يصوغ شخصيته في المجتمع.

عندما تفكر بزراعة الزهور في حديقتك، تبدأ بإعداد الأرض الصالحة لتنثر تلك البذور؛ لتضمن أنها ستزهر معطيةً منظراً جميلاً وأريجاً طيباً وهكذا عندما تريد بناء أسرة، فإنه يجب اختيار الزوجة الصالحة/ الزوج الصالح، وهذه تُعد الخطوة الأولى لذلك البناء الرصين، ليكون قاعدة فولاذية لبناء الأسرة.

من هنا، نجد أن الدين الإسلامي أعطى الأولوية لمسألة اختيار الزوجة الصالحة مثلاً، لأنها سوف تصبح أماً وحاضنة لأولاد المستقبل، وسكناً للرجل وشريكة حياته، كما جاء ذلك في محكم كتابه العزيز: (وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ).

إن الزوجة (الأم) لهي أهم ركن في الأسرة، لما لها من تأثير في نجاحها أو فشلها وسعادتها وحزنها، لذلك وضع عدة شروط لاختيار الزوجة، وقد (راعى الإسلام في تعليماته لاختيار الزوجة الجانبين، الوراثي الذي انحدرت منه المرأة، والجانب الاجتماعي الذي عاشته وانعكاسه على سلوكها وسيرتها، قال رسول الله ﷺ: (اختاروا لنطفكم فإن الخال أحد الضجيعين)[1].

وقال ﷺ: (تخيروا لنطفكم فإن العرق دساس)[2].

فالرسول ﷺ يؤكد على اختيار الزوجة من الأسر التي تحمل الصفات النبيلة، لتأثير الوراثة في تكوين المرأة وفي تكوين الطفل الذي تلده)[3].

ثم إن الرجل هو القائد الأول الذي يتسلم زمام الأسرة على أساس أن القيمومة بيده، لكن الشرع حدّد صلاحياته ولم يجعلها مطلقة، بل إنها مقيدة بحسن المعاشرة والعدالة والإحسان والرأفة والرحمة في عالم الأسرة، بالإضافة إلى النفقة الواجبة عليه، الأمر الذي يعني أن القيمومة للرجل ليس فيها انتقاص للمرأة أو لدورها، إنما هو تنظيم الأدوار وترتيب المواقع، لتسير السفينة بانسيابية.

ولعل دور المرأة في الأسرة أخطر وأهم من دور الرجل؛ نظراً لجسامة المسؤوليات التي ينبغي عليها أن تنهض بها، لا سيما أنها في بيتها ملكة

هذا وقد حثت الروايات الشريفة على حسن الاختيار من الطرفين، فمثلما يتم اختيار الزوجة الصالحة، لا بد للمرأة من اختيار الزوج الصالح. وقد رويَ عن الرسول الاكرم ﷺ: (إذا جاءكم من ترضون خلقه ودينه فزوجوه، إلّا تفعلوه تكن فتنة في الأرض وفساد كبير)[4].

فالأخلاق والدين أساس مهم في بناء الأسرة التي تعتبر هي المؤسسة التربوية الأم في تشكيل شخصية الطفل بصفة عامة. وهذا ينعكس سلباً على شخصيته فيما لو اضطربت الأسرة وتفككت، لذا من المهم أن يكون البناء رصيناً متكاملاً منذ البداية ليُنتج أسرة منظمة قائمة على أساس الحب والاحترام والفضيلة، والتي منها ينطلق الرجال والنساء بآداب وأخلاق سامية وصفات حميدة.

ومن هنا، فإن حسن الاختيار يعد أول موضوع تربوي يهتم به الإسلام في باب تكوين الأسرة، ليكون جوّها متكاملاً مهيأً لتربية الطفل. وعلى هذا الأساس تكون مسؤولية اختيار الشريك جسيمة أمام الله تعالى وأمام المجتمع.

خلاصة القول

ليكن أمام ناظرينا عند الاختيار أمر الاهتمام بالمواصفات التي يرضاها الله عزّ وجلّ، وسنّها لنا الرسول وأهل البيت عليهم السلام بشكل مفصّل؛ لنؤمّن الراحة في الحياة؛ ولتكون ثمار اختيارنا طيبةً.

١- الكافي، الكليني،ج ٥، ص ٣٣٢ باب اختيار الزوجة.
٢- المحجة البيضاء، الفيض الكاشاني، ج٣،ص٩٣.
٣- تربية الطفل في الإسلام، مركز الرسالة، ص ٢٨.
٤- الكافي، الكليني، ج٥ ، ص٤٩٥.

كفي عن التمرد والعناد



باعتقادي أن الحياة تكلل بزوجة حكيمة متفهمة تتربع على عرشي كالأميرة في مملكتي الصغيرة، وتحلّ أماً وسيدة على أولادي، تشاركني أيامي، حلوها ومرّها، لنتخطى معاً عقباتها ونكمل مسيرتها بسلام وأمان معاً.

نصيحة وتشجيع

أحلامي البسيطة وضعتها نصب عيني عندما حان الوقت لاقتراني، وبدأت بالبحث والتنقيب عن ضالتي بين الفتيات اللواتي يصغرنني في السن، واستبعدت قريناتي في العمر بغض النظر عن الفارق في المستوى الثقافي والمادي، بعد الأخذ بنصيحة الأهل وتشجيع بعض المقربين لي.

اختيار وموافقة

أسفر البحث في النهاية عن اختياري لفتاة لطيفة من عائلة ميسورة الحال، وهي البنت البكر الوحيدة مع أخوين، وتصغرني بعشر سنوات تقريباً، وقد وافقت بطلب مني على ترك دراستها الثانوية لتلتحق معي بالعش الزوجي.

اتضاح الشخصية

مرت الشهور على زواجنا، وأنا أعاملها بكل رقة وشفافية، وأحرص دائماً على رضاها وعدم مضايقتها ولو بكلمة واحدة. ولكنني بدأت أشعر وكأنني أتعامل مع طفلة صغيرة وليست امرأة ناضجة لكثرة حساسيتها وبكائها المستمر لأتفه الأسباب، وإلحاحها الشديد وعنادها وإصرارها على تحقيق مطالبها من دون تعقل ولا تفهم للظروف. وغالباً ما كنت أتغاضى لعدم معرفتها في تدبير شؤون المنزل. في البداية كنت ألتمس لها الأعذار كونها صغيرة ولم تبلغ سن الرشد، وهي الفتاة الوحيدة المدللة عند عائلتها الذين كانوا يحيطونها برعاية خاصة وحب واهتمام كبيرين لدرجة أنهم يلبون طلباتها وكل ما تحلم به وتتمناه من دون تردد أو تأخر، محاولاً إقناع نفسي وأفراد عائلتي الذين انتقدوني بشدة على تقبل تصرفاتها الطفولية وأن أعدهم بالتغيير مع مرور الأيام حتى تنضج أفكارها وتتحسن تصرفاتها، وتكون قادرة على تحمل المسؤولية الملقاة على عاتقها، لكونها أصبحت امرأة وزوجة، ولم تعد تلك الطفلة المدللة، خاصة أن الحياة الزوجية لا تخلو من المصاعب وتحتاج إلى صبر وتحمل وتغافل وحكمة وتدبير في استمرارها ونجاحها.

بين طفلتين

تصورت أن مرور الزمن كفيل بتغيير تلك التصرفات وتنضيجها، لكنها لم تنتزع ولم تمحُ تلك الصورة الطفولية التي رسمتها في مخيلتها وانطبعت في شخصيتها، وتربت عليها حتى بعدما صارت أماً، وأصبحت أنا بين طفلتين لا أدري أيهما أرضي؟ وأيهما أسكت؟ فالاثنتانِ لا تكفان عن البكاء، وكلاهما لا تتوقفان عن العناد والإلحاح.

محاولات ولكن

حاولت بكل الأساليب أن أتحدث معها بالترغيب تارة وبالترهيب تارة أخرى، عسى أن تقلع عن عاداتها الطفولية وتتصرف بحكمة وتعقل وتدبير، وهددتها

مراراً بالانفصال لكن من دون جدوى، ولم أكف عن مناشدة أهلها أكثر من مرة كي يقنعوها ويغيروا مفاهيمها لكن النتيجة تأتي دائماً عكسية. فهم من صنع شخصيتها، وهم من يصقلها باستمرار، فقد اتخذت من بيت أهلها مهرباً مني بين الفينة والأخرى لتعيش حياتها التي اعتادتها معهم وتعيد أيام طفولتها بينهم، لأسلم أخيراً بأن تربية الأهل هي الأساس في تكوين شخصية البنت وليس كما كنت أعتقد بأن الزوج هو من يستطيع تشكيل شخصية الزوجة ويجعلها تحت إمرته وطوعه، خاصة إذا كانت أصغر منه سناً بل أنا من أصبحت تحت إمرتها وطوعها لإرضائها منعاً لتمردها وعنادها.

قرار حازم

سئمت من هذا الوضع البائس الذي يزداد سوءاً يوم بعد يوم، فحزمت أمري وأخذتها من يدها وذهبت بها بنفسي هذه المرة إلى بيت أهلها، وقلت لهم بكل صراحة: هذه ابنتكم رددتها إليكم وأنا أعلم كم هي عزيزة ومدللة وغالية عندكم، ولكنها مع الأسف بقيت تلك الطفلة المدللة ولم تبلغ مبلغ الزوجة المطيعة. فهذا رسول الله ﷺ يخبرنا عن صفات المرأة الصالحة بقوله: (إن من خير نسائكم الولود الودود الستيرة العفيفة العزيزة في أهلها، الذليلة مع بعلها.. التي تسمع له وتطيع أمره)[1]، وهي لم تتذلل لي، ولم تطعني يوماً، ولم تسمع لنصائحي، ولم تشاركني همومي. وكل همها تلبية مطالبها وإلا فهي تلتجئ إلى الصراخ والبكاء والعناد كالطفلة الصغيرة، ولأنني فشلت في تغيير طباعها قررت طلاقها والانفصال عنها نهائياً، فعلى قول أمير المؤمنين عليه السلام: (كل شيء يستطاع إلا نقل الطباع)[2]. لقد تحملتها سنوات عدة على أمل أن تتغير وتنضج، ولكن لا جدوى من الصبر والتحمل. فما ذنب تلك الطفلة التي ابتليت بأم غير مبالية ولا تستشعر معنى الأمومة والمسؤولية؟ وما ذنب أهلي الذين تحملوا كل تصرفاتها غير الناضجة ووقع على عاتقهم رعاية هذه الطفلة المسكينة؟

رد مفاجئ

لمّا رأى أبوها بأنني مصر على طلاقها هذه المرة، وبالمقابل هي مصرة على العناد والمكابرة غير مكترثة لمصيرها ومصير ابنتها، نطق بالحق وأسكت أمها التي حاولت الدفاع عنها ووقف بجانبي وقال لها بغضب: ارجعي إلى بيتكِ وزوجكِ وابنتكِ وتحملي مسؤوليتك كزوجة وأم، ولا يمكنكِ البقاء هنا لحظة واحدة. فليس هذا مكانكِ، ولن أسمح لكِ بالمجيء هنا إلا وزوجكِ راض عنكِ.

طار لب عقلها لما سمعت هذا الكلام الصادم من أبيها، وفي النهاية رضخت للأمر ورجعت معي وهي مذهولة لا تقوى على النطق، بعد أن تلقت تلك الصعقة التي جعلتها تدرك أخطاءها وتتغير جذرياً منذ ذلك اليوم.

١- بحار الأنوار، المجلسي، ج١٠٠، ص٢٣٩.

٢- غرر الحكم، الآمدي، ج١، ص٢٢٥.



مشروع ألوان الخيري

إبداع فني وتماسك اجتماعي

رغد عزيز



كألوان الطيف مختلف بعضها عن بعض ومتفاوتة الدرجات، إلا أنَّ جميعها جميلة ومهمة يكمل بعضها بعضاً وتختلط فيما بينها لترسم أجمل صورة؛ هكذا هي الأدوار التي تقدمها النساء العراقيات، فهي مختلفة بمختلف الميادين التي أجادت فيها وأبدعت وسخرتها لخدمة بعض شرائح المجتمع مما جعلها إشراقة تستنير العقول بضيائها وتطيب النفوس بالحديث عنها، وتطل عليكم قرّاءنا الأعزاء مجلتكم زهور الجوادين عبر صفحاتها بإشراقة نسوية جديدة جسدها (مشروع ألوان) ذو الأبعاد الفنية والمقاصد الخيرية، حدثتنا عنها مؤسسة المشروع ومديرته المهندسة المعمارية (زينب غسان حميد)، وحول طبيعة عمل الفريق أجابتنا قائلة:

فريق ألوان مجموعة من الأشخاص مختلفي الهوية والعمر والتحصيل الدراسي، إذ يضم المهندسين والإداريين والطلاب، جمعنا حب الفن والرسم بالأخص ورغبتنا الحقيقية الشديدة لتقديم الأعمال الفنية التي بدورها تحقق مردودين؛ الأول مردود نفسي وهو إدخال البهجة على قلوب الناس، والثاني مادي نحاول من خلاله يدخلون الفرحة على قلوب أناس آخرين. لذا اختص الفريق بأعماله في الرسم على الخشب والحجر بأشكال وأحجام مختلفة لتحويلها من مواد جامدة إلى قطع فنية مفعمة بالطاقة الإيجابية والحيوية، كما أضفنا بعض المطبوعات ضمن أعمالنا مثل دفاتر الملاحظات وبطاقات المعايدة.

ما هي الالية المتبعة لإنجاز الأعمال؟

في الوقت الحالي يتكون فريق العمل من عشرة أشخاص، من بيننا أربعة من (مؤسسة الغد المشرق للأيتام). ويتم توزيع الأعمال على حسب إمكانية وقدرة كل شخص من كل الجوانب منها الوقت ومراعاة المهارات الفنية والقدرة الإبداعية لكل شخص منا. ومن ثم في فريق ألوان يكمل بعضنا البعض، وننجز الأعمال الفنية ونقوم بجمعها وعرضها في مراكز البيع.

إلى من يسخر فريق الوان ريع عمله؟

هناك آلية معينة لتقسيم ريع العمل إلى قسمين، يضم الأول، وهو القسم الأصغر، مجموعة نسب منها نسبة تدفع لأصحاب المحلات التي تعرض لنا أعمالنا ويتم بيعها من خلالهم، ونسبة مخصصة لبعض المستلزمات مثل توفير المواد الأولية وتغطية تكاليف النقل والعمل. وأخيراً نخصص نسبة معينة لخدمة المشروع من قبيل توسعته وزيادة انتشاره وسد أجور العاملين. أما القسم الثاني، وهو الأكبر، فأقوم بتوزيعه على الأيتام حصراً، وهو هدفي من هذا المشروع.

كيف يتم تمويل الفريق؟

في بداية المشروع انقسم الأمر بين التمويل الذاتي ودعم بعض الزملاء من أصحاب الخير وهم: (الدكتور عمار صالح عاشور، أستاذ في قسم الهندسة المعمارية جامعة بغداد، والحاج عماد جودي صاحب معمل نجارة، ويعتبر المصدر الرئيس للأخشاب التي ننفذ أعمالنا عليها، والمقاول عمار الشمري وهو الممول الأساسي للأحجار التي ننفذ أعمالنا عليها)، وجدير بي أنْ أشيد بدورهم الذي مكّن مشروع ألوان أنْ ينجح ويستمر حتى يومنا هذا، ومع نجاح المشروع وتوسعه إذ أصبح لدينا خمسة مراكز لبيع الأعمال في خمس مناطق مختلفة وهي(العرصات والمنصور والأعظمية والعطيفية) أصبح للمشروع أرباح يستثمر جزء منها في تمويل المشروع وسد كافة احتياجاته.

هل قدم الفريق دورات تعليمية؟

استثمرنا هذا الجانب نوعاً جديداً من أنواع المساعدة -والتي هي واجب علينا- التي نطمح أنْ نقدمها للأيتام ممن يمتلكون





موهبة يرغبون بتطويرها أو لديهم رغبة في التعلم. وعلى أساس هذا قدمنا سابقاً الدورات التعليمية بالتعاون مع (مؤسسة الغد المشرق للأيتام)، وكان من ثمارها أنْ تم اختيار أربعة أشخاص للانضمام إلى فريق ألوان بعد تأهيلهم بشكل كامل. وحالياً لا تتوافر لدينا دورات بسبب ضيق الوقت والتزام أعضاء الفريق بدوام وظيفي أو دراسي. لكننا نطمح في المستقبل أنْ نقيم دورات جديدة.

كيف يتم تصميم العمل؟

يجري اختيار تصميمات الأعمال حسب معايير معينة، منها مراعاة المناسبات كعيد الأم أو الأعياد العامة أو شهر رمضان المبارك وغيرها من المناسبات الأخرى، كما أننا نستوحي أفكار بعض أعمال من صور على مواقع التواصل الاجتماعي لا سيما المشهورة منها، أي الأكثر تداولاً بين الناس، أو رسم وجوه كاريكاتير للأشخاص أنفسهم أو حسب طلبهم.

وبكلمة أخيرة: ختمت المهندسة المعمارية (زينب غسان حميد) لقاءنا إذ نوهت عن أهمية اكتشاف المرأة لموهبتها وضرورة تعزيز ثقتها بنفسها من أجل استثمار هذه الموهبة لتحقيق مقاصد وأهداف متعددة، أهمها تحقيق الفائدة للآخرين ممن هم بحاجة إلى مدّ يد العون لهم، إذ جاء في سياق كلمتها: المرأة وخصوصاً المرأة العراقية مبدعة في كل شيء وتمتلك مواهب رائعة قد تكون مخفية أو غير مهتمة بها، لذا أتمنى من المرأة العراقية أنْ تعلم مدى قوتها وقدرتها على تحقيق الكثير بمجرد خروجها من قوقعة الخوف والاعتقاد بعدم إمكانياتها على إنجاز الأعمال إلا بوجود رجل يقوم بذلك بدلاً عنها. أحياناً تمرّ الفرص من أمامنا ويكون التكاسل والخوف هو السبب في ضياع هذه الفرص التي قد تغير مسار حياتنا إلى الأفضل وتعود على الآخرين بالخير والمنفعة.











التثقيف الصحي
مثلث متساوي الأضلاع

يظنّ بعضهم أنّ التثقيف الصحي هو عبارة عن عملية سهلة تهدف ببساطة إلى نشر المعلومات الصحية؛ وذلك من خلال المنشورات ووسائل الإعلام، إلّا أن عملية التثقيف الصحي تعد أصعب من ذلك؛ حيث إنّها تهدف إلى تغيير سلوكيات الأفراد الصحية والتأثير بها. إذ إنّه ليس من الضروري أن يؤدّي نشر المعلومات فحسب إلى التأثير في سلوك الفرد، وخير مثال على ذلك أنّ الأطباء يعرفون حق المعرفة أضرار التدخين، ومع ذلك تبلغ نسبة المدخنين من الأطباء ما يقارب ٤٠٪-٦٠٪

إذاً فالتثقيف الصحي عبارة عن مجموعة من الخبرات التي تُسهّل عملية تبني السلوكيات المعزّزة لصحة الأفراد والجماعات.

تحاول عملية التثقيف الصحي رفع الوعي الصحي بتزويد الأفراد بالمعلومات والخبرات؛ بهدف التأثير في ميولهم ومعرفتهم وسلوكهم الصحي الخاص بهم وبالمجتمع. فالتثقيف الصحي هو مجموعة من الأنشطة التي تهدف إلى رفع المعرفة الصحية وغرس السلوكيات الصحية في الأفراد والمجتمعات. وهو عملية مستمرة ومُتّصلة، كما أنّها تراكمية، ويمكن تشبيه عملية التثقيف الصحي بالمثلث متساوي الأضلاع، وأضلاع هذا المثلث هي: المعرفة التي تهدف إلى اكتساب المعلومة، والاتجاه المقصود به غرس القيم المرتبطة بالمعلومة المكتسبة؛ أمّا الضلع الأخير فهو السلوك وهو يهدف إلى تطبيق المعلومات المكتسبة. ويُسهِّل التثقيف الصحي عملية تغيير السلوكيات، كما يَرفع من قيمة الإحساس بالمسؤولية تجاه الصحة عند الأفراد، لذلك يُعدّ من أهم عناصر الرعاية الصحية.

أهمية التثقيف الصحي

تكمن أهمية التثقيف الصحي بما يلي:

- تحسين الصحة على مستوى الأفراد والمجتمعات.
- بناء اتجاهات صحية سليمة.
- مساعدة الأفراد في حل المشاكل الصحية التي يواجهونها باستخدام الإمكانات المتاحة.
- غرس قيم السلوك الصحي السوي وترسيخها، بالإضافة إلى تغيُّر السلوكيات الخاطئة منها.
- مساعدة الأفراد على تحديد المشاكل الصحية الواقعة عليهم وتحديد احتياجاتهم.
- نشر المفاهيم الصحية السليمة بين أفراد المجتمع.
- تحسين نوعية الحياة التي يعيشها الفرد في المجتمع.
- خفض مستوى الإعاقات ما أمكن.
- خفض معدّلات حدوث الأمراض.

عناصر التثقيف الصحي

للتثقيف الصحي عناصر أساسية، وهي:

- **الرسالة الصحية:** حيث يجب أن تكون المعلومات الصحية المُقدّمة مفهومة وصحيحة، كما يجب أن تُراعي مستوى الشخص الذي يتلقّاها، وبذلك تُحقّق الرسالة الصحية الهدف المرجو منها.
- **المُثقِف الصحي:** وهو الشخص الذي ينقل المعلومات للآخرين ويُثقّفهم، ويمتلك المُثقّف معلومات صحيحة ويكون شخصاً مُدرّباً ولديه قدرة خاصة على إيصال المعلومات، ويجب على المُثقِّف الصحي الإيمان بالرسالة التي يريد إيصالها. كما يجب أن تكون لديه معرفة كافية بها، إضافة إلى وجود مهارات الاتصال اللازمة لإيصال المعلومة للمتلقي.
- **الشخص المُتلقّي:** يجب تحديد درجة وعي الشخص المُتلقي وثقافته، كما يجب معرفة إذا ما كانت لديه رغبة في التغيير من سلوكه، مع التركيز على حاجاته الصحية.
- **وسيلة التثقيف:** يجب أن تتعدّد وسائل الاتصال المُستخدَمة في نشر المعلومة الصحّيّة، ولكي يكون التأثير أشمل يجب أن تتم مخاطبة أكثر من حاسة من حواس الفرد، وتكون الوسائل التثقيفية:

مسموعة: مثل الندوات والمحاضرات والمؤتمرات.

مقروءة: مثل النشرات والكتيبات والملصقات.

مسموعة مرئية: مثل التلفاز والأقراص المدمجة وأفلام الفيديو.

مفاهيم في التثقيف الصحي

من المصطلحات المهمة والتي تتعلق بالتثقيف الصحي:

- **الصحة:** لا تُعدّ الصحة تعبيراً عن خلو الجسم من الأمراض فحسب، وإنما هي تعبير عن التكامل البدني والعقلي والنفسي والاجتماعي والروحي.
- **الثقافة الصحية:** ويُقصد بها تقديم حقائق ومعلومات ترتبط بالصحة والمرض للناس جميعاً.
- **الوعي الصحي:** هو اهتمام الناس وإلمامهم بالحقائق الصحية، إضافة إلى تحقيق الهدف المرجو من التثقيف الصحي وهو زيادة شعور الأفراد بالمسؤولية تجاه صحتهم وصحة من حولهم.
- **العادة الصحية:** وهي سلوك الفرد الذي يؤدّيه بدون تفكير أو شعور؛ وذلك لكثرة تكراره.
- **الممارسة الصحية:** وتُعرف بالسلوك الصحي، وهي ما يؤدّيه الشخص عن قصد ويكون سلوكه نابعاً من تمسُّكه بعادات وقِيَم معينة.

مستويات التثقيف الصحي

للتثقيف الصحي مستويات عدة وهي:

- **التثقيف الصحي للأفراد:** وفيه يتم تثقيف الأفراد بأمور التغذية، ومسببات الأمراض، وطرق الوقاية منها، إضافة إلى الحفاظ على النظافة الشخصية.
- **التثقيف الصحي الأسري:** وهو التثقيف الذي يغرس المفاهيم الصحية السليمة في الأفراد منذ صغرهم.
- **التثقيف الصحي للمجموعات:** وهو التثقيف الذي يهتمّ بالمجموعات التي تضمّ أفراداً متشابهين من حيث الجنس أو العمر أو الوظيفة، أو المجموعات التي تضم أشخاصاً مُصابين بمشاكل صحية مثل أطفال المدارس والأشخاص المدخنين؛ حيث يتم تثقيف المجموعة كاملة.
- **التثقيف الصحي المجتمعي:** وهو الذي يتم من خلال وسائل الإعلام على اختلافها، سواء كانت مرئية أو مسموعة؛ بهدف إيصال المعلومة الصحية لأكبر عدد ممكن من الأفراد مهما اختلفت مستوياتهم.

تغيير السلوك الصحي

إنّ تغيير السلوك الصحي للفرد واتباعه لسلوكٍ جديد يجب أن يَمرّ بمراحل عدة، وعلى الفرد أن يُدرك هذه المراحل خلال رحلة تغييره لسلوكه، ومراحل التغيير هي:

- **مرحلة الوعي:** وهي المرحلة التي يتم فيها الإلمام بالمعلومة الصحية.
- **مرحلة الاهتمام:** وفيها يبحث الفرد عن تفاصيل المعلومة الصحية التي يريدها ويكون متشوّقاً لقراءتها أو سماعها.
- **مرحلة التقييم:** وفيها يتم تحديد إيجابيات وسلبيات السلوك المُقترح وتحديد مدى مرجوعه بالفائدة على الفرد، يلي ذلك اتّخاذ القرار باتباع السلوك الجديد أو رفضه.
- **مرحلة المحاولة:** وهي مرحلة التنفيذ؛ حيث يقرّر الفرد أن يتبع السلوك بطريقة عملية، وفيها يحتاج الفرد دعماً معنوياً ممن حوله للتغلب على صعوبات التطبيق.
- **مرحلة الاتّباع:** وفيها يقرر الفرد اتباع السلوك الجديد بشكل دائم.

مسؤولية الصحة

تتحمّل وزارات الصحة والهيئات الصحية المسؤولية الصحية؛ إلّا أنّ هذه المسؤولية لا تقع على هذه الجهات فقط، وإنّما تقع مسؤولية الصحة على الفرد أيضاً، فالصّحة مسؤولية فردية قبل أن تكون مسؤولية جماعية؛ ممّا يعني أنّ الفرد مسؤول عن صحته في المقام الأول، ثم تصبح الصحة مسؤولية الأسرة، تليها المؤسسة التعليمية سواء كانت مدرسة أو جامعة، وتنتقل بعد ذلك إلى القطاع الخاص أو الجهة الحكومية التي تقدّم الخدمات الصحية.

المصدر بتصرف: mawdoo٣.com



أطعمة لا تستغني عنها

عزيزتي: العقل هو محرك الجسد البشري، فهو المسؤول عن كافة الإشارات التي من شأنها تحريك الجسد البشري والتحكم فيه، فلا بد دائماً من الحفاظ عليه والاهتمام به، فإذا كان عقلكِ معافى فجسدكِ أيضاً سيكون معافى.

ولكل جزء في جسدكِ طعام مميز يمكن أن يفيده ويقوي من أدائه ويحميه من التلف. وهناك عدد من الأطعمة التي تملك القدرة على تنشيط عقلكِ عليكِ المواظبة على تناولها لتنعمي بعقلٍ قوي وسليم، وهي:

الأسماك الدهنية

من هذا الأطعمة الأسماك الدهنية التي تعد من أهم الأطعمة التي تعمل على تنشيط العقل بفضل احتوائها على أحماض أوميغا ٣، التي تعمل على بناء الخلايا والأعصاب وتعزيز الذاكرة والتعلم.

البرتقال

كما إن البرتقال أيضاً من أكثر الأغذية إفادة لعقلكِ، بفضل احتوائه على فيتامين C الذي يمنع الشيخوخة والتدهور العقلي ويكافح مرض الزهايمر، ومحاربة الجذور الحرة التي تضر خلايا الدماغ، وتعمل على الحفاظ على صحة الدماغ مع التقدم في العمر، ويمكن الحصول على فيتامين C أيضا من الكيوي والفلفل الحلو والفراولة والطماطم.

البروكلي

البروكلي أيضا من الأطعمة المهمة التي تعمل على تنشيط الدماغ بفضل احتوائه على مضادات الأكسدة، ونسب عالية من فيتامين K، المفيد لخلايا المخ، ويساعد في حماية الدماغ من التلف.

بذور اليقطين

بذور اليقطين الهامة التي تملك مضادات الأكسدة التي تحمي الدماغ، بالإضافة إلى احتوائها على الحديد والزنك والمغنيسيوم والنحاس التي تعمل على التحكم في الإشارات العصبية وتحسين وظائف المخ والتعلم والذاكرة.

القهوة

بفضل احتواء القهوة على الكافيين ومضادات الأكسدة، تساعد الدماغ وخاصة العقل على التركيز أكثر بجانب تحسين المزاج، وتقليل خطر الإصابة بالأمراض العصبية كالزهايمر والشلل الرعاشي.

الكركم

الكركم يمكن الاستفادة منه بفضل احتوائه على الكركمين المفيد لخلايا الدماغ، بالإضافة إلى إنه مضاد للأكسدة والالتهابات، ويحسن الذاكرة لدى مرضى الزهايمر ويبني الخلايا الجديدة، ويخفف الاكتئاب ويحسن المزاج.

المصدر: www.sayidy.net

كيف تفيدكِ ألوان الفواكه والخضراوات؟

الأطعمة ذات اللون الأحمر

غنية بمضادات الأكسدة مثل الليكوبين والأنثوسيانين

فوائدها

تقلل من خطر الإصابة بمرض السرطان. تخفض مستويات الكوليسترول المرتفعة. تخفض ضغط الدم المرتفع. تقلل من نمو الأورام.

الأطعمة ذات اللون البرتقالي والأصفر

غنية بالبيتا كاروتين التي يحولها الجسم إلى فيتامين A، كما تحتوي على بعض مضادات الأكسدة.

فوائدها

تساعد هذه الأطعمة في الوقاية من السرطان، وهي جيدة للقلب، وتقوم بحماية عيوننا، وتعزيز نظام المناعة.

الأطعمة ذات اللون الأخضر

غنية بفيتامين K ومغذيات نباتية، مثل اللوتين وزياكسانثين.

فوائدها

تقلل خطر الإصابة بالسرطان. تخفض ضغط الدم والكوليسترول المرتفع. تساعد في تحسين عملية الهضم. تعزز من صحة العيون.

الأطعمة ذات اللون الأزرق والبنفسجي

تحتوي على الأنثوسيانين ومضادات أكسدة قوية.

فوائدها

تعزز صحة العيون. تقلل من الكوليسترول المرتفع. تعزز من عمل الجهاز المناعي. تعزز من عمليات الهضم.

الأطعمة ذات اللون الأبيض

غنية بالألياف ومضادات الأكسدة.

فوائدها

تقلل من خطر الإصابة بسرطان القولون والثدي والبروستاتا. تحافظ على توازن الهرمونات.

المصدر: https://www.webteb.com

حالات اختناق الأطفال وسبل إسعافها

إذا أصبح طفلك فجأة غير قادر على التنفس، والصراخ، والسعال أي (الكحة)، أو الكلام، فقد يكون على وشك الاختناق. ويحدث هذا إذا كان مجرى التنفس لدى طفلك مسدوداً جزئياً بحيث يجعل التنفس أو السعال صعباً ولكن ليس مستحيلاً. (يكون الاختناق نتيجة انسداد كلّي في المجاري التنفسية).



قد تساعد معرفة تنظيف مجرى التنفس المسدود بشكل عاجل وفعّال أو إنعاش القلب والرئتين، في حال الضرورة، على إنقاذ حياة طفلك. (لو كان طفلك يختنق لكنه ما زال يسعل بطريقة فعالة، دعيه يسعل لأنها أفضل طريقة لتنظيف مجرى التنفس).

تستطيعين معرفة المزيد عن الإسعافات الأولية للأطفال الصغار والأكبر سناً بأخذ دورة في الإسعافات الأولية. في هذه الأثناء، إليك ما يجب أن تعرفينه:

كيف أوقف طفلي عن الإختناق؟ أزيلي الانسداد

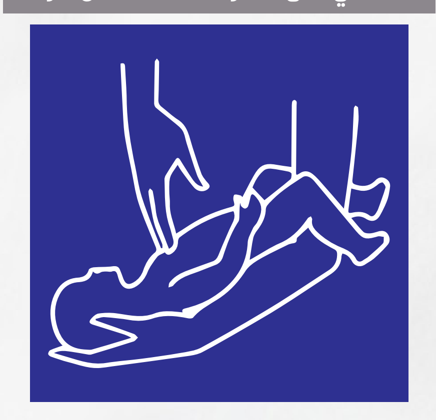


• امسكي طفلك بحيث يكون وجهه إلى أسفل مع ذراعيه الأماميتين ورأسه منخفضين عن مستوى جسمه مع إسناد ظهره ورأسه.

• استخدمي كعب يدك لإعطاء طفلك خمس ضربات على الظهر.

• تفقدي فم طفلك وأزيلي أي انسداد واضح. لا تستعملي إصبعك لمسح فمه من الداخل، فقد يؤدي ذلك إلى دفع الإنسداد أعمق إلى حلقه.

اضغطي على صدر طفلك خمس مرات



• لو بقي طفلك غير قادر على التنفس، أديريه على ظهره واضغطي على صدره خمس مرات.

• استخدمي إصبعين للضغط إلى الداخل والأعلى (باتجاه رأسه) على عظمة صدره.

• حاولي إزاحة الشيء العالق مع كل دفعة ضاغطة.

• لا تضغطي خمس مرات دفعة واحدة متكررة.

• تفقدي فم طفلك بعد كل دفعة ضاغطة وأزيلي الانسداد.

إذا لم يذهب الانسداد بعد ثلاث دورات من النفخات إلى الخارج والضغط على الصدر، فاتصلي برقم الطوارئ لطلب سيارة إسعاف لكن استمري في إعطاء طفلك ضربات على الظهر ودفعات ضاغطة على الصدر إلى أن تأتي المساعدة.

كيف أعطي طفلي إنعاش القلب والرئتين CPR؟

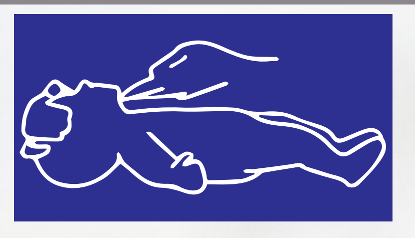
• إذا وُجد معك شخص آخر، دعيه يتصل بالطوارئ لطلب سيارة إسعاف بينما تبدئين بإنعاش قلب طفلك ورئتيه.

• إذا كنت بمفردك، فابدئي بإنعاش القلب والرئتين لمدة دقيقة قبل الاتصال برقم الطوارئ لطلب سيارة إسعاف.

حدّدي المشكلة بسرعة

إذا كان طفلك يختنق، فاتبعي الخطوات المذكورة أعلاه لكي تنظفي مجرى التنفس لديه. وفي حال استمر يعاني من مشاكل في التنفس أو لم يستجب، قومي بالإجراء الآتي:

افتحي مجرى التنفس وتفقدي النبض



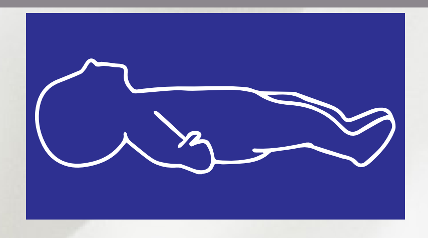
• اركعي بزاوية اليمين على صدر طفلك. ارفعي ذقنه بإحدى يديك واضغطي إلى أسفل على جبهته بيدك الأخرى لكي تميلي رأسه إلى الوراء.

• مع يدك على جبهته ويديك الأخرى تدعم رقبته الخلفية، أميلي رأسه إلى الوراء بلطف من أجل فتح مجرى التنفس. في بعض الحالات، تكفي هذه الحركة لعودته إلى التنفس.

• راقبي إشارات التنفس عبر الإصغاء إلى صوتي الشهيق (إدخال الهواء) والزفير (إخراج الهواء). تفقدي النبض عند جانب رقبته أو في الجانب الداخلي للكوع أي المرفق.

• إذا لم يكن يتنفس، وإذا لم تشعري بالنبض، أو إذا تحوّلت شفتاه إلى اللون الأزرق، فابدئي بوضع فمك على فمه مباشرة.

أعطيه خمسة أنفاس إنقاذ



• تأكدي من أن مجرى التنفس نظيف.

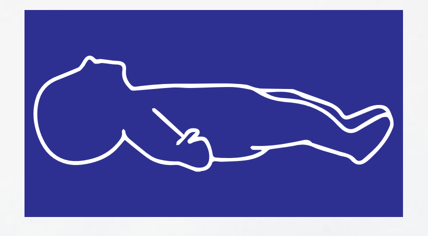
• ألصقي شفتيك حول فم طفلك وأنفه.

• انفخي بلطف إلى الرئتين وانظري إلى صدر طفلك وأنت تتنفسين. املئي خديك بالهواء واستخدمي هذه الكمية في كل مرة.

• عندما يرتفع صدر طفلك، توقفي عن النفخ واتركيه يرتاح.

• كرّري هذه الخطوة خمس مرات.

أعطيه ٣٠ دفعة ضاغطة على صدره



• ضعي طفلك على سطح ثابت.

• اعثري على وسط صدر طفلك. تخيلي خطاً بين حلمتي ثديي طفلك. اعثري على وسط هذا الخط وقيسي حوالي عرض إصبع واحدة تحت هذه النقطة. الآن ضعي إصبعين من يد واحدة على هذا الموضع.

• اضغطي إلى الأسفل بقوة حتى ثلث عمق الصدر.

• اضغطي ٣٠ مرة بمعدل ١٠٠ دفعة ضاغطة على الصدر في الدقيقة.

• وبعد ٣٠ دفعة ضاغطة على الصدر، أعطي طفلك نفسي إنقاذ.

• واصلي عملية الإسعاف (٣٠ دفعة ضاغطة على الصدر ونفسي إنقاذ) من دون توقف حتى تصل خدمة الطوارئ إليك.

حتى لو بدا أن طفلك قد استعاد عافيته تماماً من حادثة الاختناق، خذيه إلى الطبيب في نفس اليوم.

المصدر: https://arabia.babycenter.com



صورة ومعلومة



محطة ترامواي كاري الكاظمية
تظهر فيها جانب من سوق الاستربادي عام ١٩١٦م.

موعظة

قال الإمام محمد بن علي الجواد ﷺ: (اصبِرْ عَلَى مَا تَكْرَهُ فِيمَا يُلْزِمُكَ الحَقَّ، واصْبِرْ عَمَّا تُحِبُّ فِيمَا يَدْعُوكَ إِلَى الهَوَى)[١].

١- موسوعة الإمام الجواد ﷺ: السيد الحسيني القزويني، ج٢، ص٣٦٠.

اكتشافات نسوية

العالمة «ماريا تيلكس» صاحبة أول منزل مزود بالطاقة الشمسية. عام ١٩٤٧ ابتكرت عالمة الفيزياء الحيوية «ماريا تيلكس»، أول منزل يعمل بالطاقة الشمسية، عن طريق مولد كهربائي يعتمد على فرق درجات الحرارة؛ لتوليد الكهرباء، من أجل تزويد المنزل بالكهرباء والحرارة، في الأيام التي لا تظهر فيها الشمس، وبالفعل نجحت التجربة، وأصبح منزلها أول منزل يعمل بالطاقة الشمسية بنسبة ١٠٠٪.

مُسمّياتٌ عربية

■ لا تُسمَّى الكأس كأساً إلا إذا كان فيها ما يُشرب، وإلّا فهي القدح.

■ لا تُسمَّى المائدةُ مائدةً حتى يكون الطعام فوقها، وبدونه تُسمَّى الخوان.

■ لا تُسمَّى الحديقة بالحديقة إلا مع وجود السُّور، وإلّا فتُسمى بستاناً.



قالوا في المرأة

■ المرأة مثل الزهرة.. إذا اقتلعت من مكانها، تتوقف عن الحياة.

شكسبير

■ المرأة هي مكونة المجتمع، فلها عليه تمام السلطة.. لا يعمل فيه شيء إلا بها، ولأجلها.

الروائي والناقد الفرنسي أناتول فرانس



كلام بعطر الورد

تيقني لو العالم كله امتلأ بالمحن والرعب والخوف فلن يتغلغل في قلوب استوطن فيها حب الباري عز وجل، فهو الذي يُسكن ارتجافها بمواقف الهلع ويملأها أماناً واطمئناناً فتأملي:(هُوَ الَّذِي أَنزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ).

حتى لا تتعرضي للصدمات، للألم، للحزن، اخفضي سقف توقعاتك وثقتك بالأشخاص وارفعي مستوى اعتمادكِ على نفسكِ مع الاستعانة بالله عز وجل، لكي لا تهتمي بالذي ينسى أو يتغير أو يتخلى عنكِ وقت الشدة.

تطرقين الأبواب وتغتمين لعدم فتحها أحياناً، فإياكِ أن تقربيها مرةً ثانية، إلا باباً واحدة، أدمني في قرعها ولا تتوقفي، فصاحبها يحب إلحاحكِ ليفتح لكِ أبواب رحمته ويستجيب دعاءكِ ويقول لكِ: لبيكِ ما حاجتكِ؟.

تخيلي لو أرحنا القلب قليلاً وأوقفنا نبضه بالتأكيد أن الجسم سيموت، فلماذا نبحث دائماً عن الراحة وجل تفكيرنا هو كيفية الحصول عليها؟ فلا راحة ولا حياة ولا قوة بدون عمل أو جهد.

أتودين أن يكثر مساعدوكِ ويزداد المحسنون إليكِ؟ ما عليكِ سوى البر بجيرانكِ والإحسان إليهم، والصبر على أذاهم، فهم عضدكِ وساعدكِ وخير معين لكِ في أتراحكِ وأحزانكِ.

كما هو معلوم بأن الميزان له كفتان فتتعادلان أحياناً أو ترتفع إحداهما على الأخرى، فاحرصي على أن لا تكون كفة طاعاتكِ هي الأخف والأعلى فتصبح كفة سيئاتك هي الأثقل والأسفل.

تنشغلين دائماً بإصلاح عيوب منزلكِ وأثاثه ليبدو جميلاً ومرتباً أمام عائلتكِ وزائريكِ لكي لا تسمعي انتقادهم، ولكن هلا التفتِّ لنفسكِ قليلاً لتصلحي عيوبكِ وتنشغلي بإعادة ترميمها وتنتقدي أخطاءكِ قبل أن تُعاتبين.

تحرصين على طبخ أفضل الطعام وتنتقين الصحي منه وتهتمين بكثرته ونوعيته لتقدميه لأولادكِ كي يصبحوا أذكياء وأقوياء، لكن ما رأيكِ بقول أميرنا عليه السلام الذي كان يسد جوعه بقرصيه: (من قل أكله صفا فكره).



المؤتمر العلمي السنوي التاسع
لمناسبة الذكرى المئوية للثورة العراقية الكبرى (ثورة العشرين)
ولبيان دور المرجعية الدينية في بناء الدولة والمجتمع العراقي
تقيم الأمانة العامة للعتبة الكاظمية المقدسة
مؤتمرها العلمي السنوي التاسع
تحت شعار
(المرجعية.. الدينية تعدد أدوار ووحدة هدف ١٩٢٠-٢٠٢٠)
الله أكبر